ГАЗЕТА па-лунінецкі

МЫ РАЗАМ З ВАМІ

Тыраж 1000. Цана вольная. Выходзіць 1 раз у месяц. Чацвер. 25 лістапада 2010 г. №10(10)



Фотоэтюд Андрея Вышинского, «ГЛ»

- Алло! На связи! Что хорошего ты мне скажешь?

По ту сторону рая

Мария Фёдоровна подошла к подъезду. Заметив соседок, остановилась. Две любительницы спиртного о чём-то шептались. «Снова замышляют какую-нибудь гадость», - закралось подозрение в душу женщины. Она тихонько подошла ближе, благо те сидели спиной к ней.
- Вот не веришь! А я правду говорю! Прямо из петли меня вытолкали. Я в петлю, а они - ни в какую. «Не время ещё», - кричат.

Стр. 6

Глупость и наука

Люди глупы. За это открытие израильский учёный, Даниэль Канеман, работающий в США, получил Нобелевскую премию по экономике за 2002 г. В ходе ряда точных научных экспериментов Канеману удалось доказать, что в повседневной жизни большинство людей не руководствуются здравым смыслом. Даже профессора математики в обычной жизни редко прибегают к элементарным арифметическим операциям.

Стр. 8



ISSN 2078-0370

Выданне для вольнага часу. Выдавец - прыватнае прадпрыемства «Інфарм-прагулка»

Подписные индексы: для индивидуальной подписки - 64260, для ведомственной - 642602.

Беларусь: 1918 год

Бой повсюду пойдёт - по земле, по воде
И в невидимой области духа...
Аполлон Майков

В конце 1917 года в Минске состоялся Всебелорусский съезд. Это был представительный форум (1872 делегата), по социальному составу преимущественно крестьянский. Большевикам не удалось контролировать ход съезда. На руках у делегатов было письмо наркома по делам национальностей Сталина, в котором заверялось, что постановления съезда будут обязательными для Совнаркома РСФСР. Однако всё сложилось иначе. В ночь на 18 декабря в момент рассмотрения вопроса о провозглашении белорусской республики по команде главного комиссара Северо–Западного фронта Карла Ландера съезд был разогнан солдатами-большевиками. Избранная съездом Рада во главе с Язепом Лёсиком (родным дядей Якуба Коласа) перешла на нелегальное положение. С 19 на 20 декабря в Минске произошёл большевистский переворот. Мясников и Ландер устроили парад «революционных войск» в честь своей победы. До нового года были разогнаны все законные городские власти. Комиссары периодически совершали налёты на рынки, конфискуя у торговцев товары повышенного спроса. Началась реквизиция продовольствия в деревнях. Белорусское подполье ничего не могло сделать. Поручик Константин Езовитов, возглавлявший исполком ЦБВР, начал формировать белорусскую армию.

12 января 1918 года Польский корпус Довбор-Мусницкого заявил свои претензии на белорусские территории. Его поддержали местные помещики-католики. Как и большевикам, им не нужно было возрождение белорусской государственности. Рада и ЦБВР готовились к отстранению большевиков от власти, ожидая подкрепления белорусских войск с фронта. Но в ночь на 27 января большевики совершили налёт на штаб-квартиру ЦБВР и арестовали шестерых руководителей исполкома, в том числе Езовитова.

После срыва советской делегацией переговоров в Бресте немцы начали наступление. Более ста комиссаров эвакуировались в Смоленск. Беглецы прихватили с собой все деньги из казны белорусского Совнаркома, а также ценное имущество. Деятели Рады пытались воспрепятствовать этому, но неудачно. Тем временем немцы спокойно занимали территорию Беларуси без малейшего сопротивления.

19 февраля большевики бежали из Минска, из тюрьмы были освобождены руководители ЦБВР. Комендантом Минска стал К.Езовитов. Необходимо было обеспечить порядок и безопасность в городе. Минск был разделён на два сектора - белорусский и польский. 21 февраля была опубликована Первая Уставная грамота Всебелорусской Рады к народам Беларуси, где было сказано о скором созыве Всебелорусского учредительного собрания. Власть перешла к Народному Секретариату во главе с Язепом Воронко. Возобновилась деятельность городской думы. С новым правительством стали сотрудничать местные власти (земство). Был создан Первый минский белорусский полк под командованием И.Радкевича. Начальником милиции стал известный театральный деятель Флориан Жданович. Но ситуация оставалась напряжённой. И белорусы, и поляки ждали прихода немцев. Уже 25 февраля в Минске утвердилась немецкая власть. Была конфискована касса Народного Секретариата, сорван бело-красно-белый флаг, разогнаны служащие, Минский полк и милиция разоружены. Немцы не признали белорусскую власть, так как считали западные губернии частью России. Не признавали немцы и польских организаций. Но 28 февраля в результате переговоров немецкая администрация разрешила в Минске деятельность Народного Секретариата в качестве белорусского представительства

3 марта был подписан Брестский мир. Беларусь в нём не упоминалась, мнение её жителей никого не интересовало. Условия Брестского договора фактически означали капитуляцию России, хотя война ещё не была проиграна. Ленин и его комиссары отказались в пользу немцев от оккупированных теми территорий и обязались уплатить контрибуцию в 6 млрд. марок (золотом, зерном, скотом и другими товарами). Протесты белорусских лидеров никто не слушал, поэтому они были вынуждены договариваться с новыми хозяевами. Был составлен меморандум о необходимости белорусской государственности. 9 марта была издана Вторая Уставная грамота, в ней было сказано об образовании Белорусской Народной Республики (БНР) в границах расселения численного преобладания белорусов.

Законодательной властью стала Рада Всебелорусского съезда (председатель И.Середа), а исполнительной - Народный секретариат. В БНР никто не был лишён права избирать и быть избранным, была запрещена борьба против религии, отвергалась цензура печати. Было решено взять ссуду у правительства Украинской Народной Республики (УНР), которая была признана и Россией, и Германией. Но для этого надо было объявить независимость, а разделение страны по Брестскому договору отвергнуть, чтобы действовать без разрешения Москвы. 25 марта, после 10-часового тяжёлого обсуждения была принята Третья Уставная грамота, по которой БНР провозглашалась независимым государством. С этой акцией уже не могли не считаться даже враги белорусской государственности. Хотя немцы разогнали Раду БНР в тот же день, а в начале апреля запретили деятельность Народного секретариата, но Рада продолжала действовать, всеми путями стараясь сохранить свои структуры и находя общий язык с оккупантами по непринципиальным вопросам. С 21 июня германское командование начало включать в состав уездных комендатур людей, назначаемых правительством БНР. В компетенции Народного секретариата были промышленность, торговля, просвещение, соцобеспечение, дела беженцев и др. Специальная белорусская миссия летом ездила в Москву для встречи с наркомом иностранных дел Георгием Чичериным с целью объединения всех белорусских земель под эгидой БНР, однако делегацию никто не принял. Зато БНР признали Украина (УНР), Литва, Латвия, Эстония, Финляндия, Чехословакия. Консульства БНР были открыты в России, Германии, Польше, Дании и Турции. Было сделано очень многое для того, чтобы заявить международному сообществу о существовании белорусского национального государства.

В 1918 году в БНР на белорусском языке выходило 6 газет и 3 журнала, работали 11 издательств. В октябре был основан Белорусский учительский союз, организован сбор средств на развитие просвещения. В Минске действовало 20 белорусских начальных школ, открылся Белорусский пединститут. Его ректором стал Вацлав Ивановский, преподавали Е.Карский, Б.Тарашкевич, В.Игнатовский. Была создана белорусская консерватория. Готовилось открытие Белорусского госуниверситета. В Слуцке и Браславе открылись гимназии, в Свислочи - учительская семинария. Был основан Белорусский государственный театр. В мае-июне в Вильне прошла выставка белорусской культуры. Готовилась выставка, посвящённая Франциску Скорине. Всё это проходило под контролем немецких оккупантов. Они не позволяли БНР иметь свою армию и милицию, запретили передислокацию с Румынского фронта 100-тысячной белорусской армии. Белорусские эсеры начали партизанскую борьбу с оккупантами, наладили сотрудничество с большевистским подпольем.

Немцы терпели деятельность БНР, чтобы избежать массового сопротивления. Но оказалось, что БНР выгодна и политически, она ликвидировала опасный клин между независимыми Украиной и Литвой. В будущем БНР планировалось дать полную независимость, чтобы оторвать от РСФСР. Однако изменение военной обстановки не позволило этому случиться. 29 августа Совнарком РСФСР упразднил договоры царской России о разделах Речи Посполитой. Это могло привести к юридическому признанию независимости Польши, Литвы, Украины и Беларуси. Но большевики лелеяли другие цели: они рассчитывали на поддержку народами бывшей Речи Посполитой своих идей.

Согласно Брестскому договору после выплаты Россией контрибуции немцы отошли на запад. Положение БНР усложнилось. Члены правительства и депутаты Рады разделились на приверженцев большевиков, буржуазной Польши, союза с Украиной или Литвой. На полную государственную самостоятельность надежды было мало. Новый председатель правительства Антон Луцкевич сделал попытку договориться с большевиками. Он предлагал федеративный союз БНР с РСФСР на правах автономии. Но ответом был отказ. Не дали результатов и переговоры с А.И.Деникиным. Что касается Украины, то она сама оказалась в таком же трудном положении.

Революция в Германии и её капитуляция 11 ноября привели к тому, что ВЦИК РСФСР аннулировал Брестский мирный договор. Все оккупированные территории вновь отошли под юрисдикцию России. О признании БНР не было никакой речи. 10 декабря Красная Армия заняла Минск, а 5 января 1919 года - Вильню. БНР просуществовала всего 7 месяцев. Установление Советской власти сопровождалось арестами и расстрелами тех, кто активно выступал против большевиков, и вообще «подозрительных». Рада и правительство БНР эвакуировались в Вильню, а затем в Гродно (до апреля 1919 года). В.Ивановский и Я.Лёсик остались в Минске в надежде договориться с большевиками о создании коалиционного правительства. Но всё было тщетно.

БНР не смогла защитить себя, ибо не располагала боеспособной белорусской армией, а её созданию препятствовали и Временное правительство, и большевистский режим РСФСР, и немецкие оккупанты. Не хватало офицерских кадров, солдаты-белорусы были разбросаны по фронтам, далеко от родной страны, а крестьяне были безразличны к политике и слабо поддерживали руководство БНР. Не хватало финансовых средств. Помещики связывали свои планы с возрождением Речи Посполитой. Еврейские предприниматели больше надеялись на Россию. Единство нации было ослаблено многими факторами. И всё же Белорусская Народная Республика на много десятилетий осталась для белорусов образцом и символом национальной государственности.

Подготовил Виктор Филатов, «ГЛ»



Независимость БНР была провозглашена в этом доме в Минске (ныне ул.Володарского, 9)



Члены правительства Белорусской Народной Республики, 1918 год



Белорусский гусарский полк в Гродно в 1919 году

Новогодний «гламур»

Скоро вновь замелькают витрины новогодним оформлением, запахнут хвоей залы, ослепят прохожих огни праздничных гирлянд. Однако, как ни странно, радостное оповещение наступающего Нового года чаще всего вселяет в нас лёгкую грусть: «Ах! И опять прошёл целый год...» А что сделано за это время? Много ли было радостных минут? Как встретить Новый год, чтобы почувствовать необычность этого сказочного праздника и с хорошим настроением войти в новую жизнь? А когда грустная серая осень с густыми холодными дождями продолжается ещё и в декабре, наверняка, каждому из нас хочется ярких красок, веселья и радости. Однако часто бывает, что и Новый год проходит традиционно - с салатом «оливье» у телевизора и фильмом «Ирония судьбы», а нарядное платье хозяйки, наспех надетое перед встречей Нового года, вскоре же и снимается, поскольку мыть в нём посуду вовсе не интересно.



Что и говорить, не хватает нам времени на всякие «фантазии», и приходится, глядя на экран, наблюдать за праздником чужой жизни... Но давайте не будем о грустном! Мы вправе в один момент всё изменить. А грустное настроение может вмиг улетучиться, если вас окружат вниманием и любовью. Как это сделать? Здесь вариантов предостаточно, но поскольку мы всё же будем говорить о моде, то создание на Новый год атмосферы, где царит Гламур, - один из самых подходящих вариантов.

Изящная, кокетливая, романтичная, загадочная женщина всегда вносила очарование в праздник, а рядом находящиеся мужчины вмиг преображались, становясь галантными кавалерами и учтивыми джентльменами. «Да где же их набрать, кавалеров-то таких?» - слышу ироничные возгласы женщин. Не торопитесь сокрушаться: всё зависит от нас, дорогие, и в этом, надеюсь, мы вас убедим своей очередной фотосессией. Свои съёмки так и назвали: «Новогодний Гламур».

Чтобы убедить читателей в том что «Гламур» есть и в нашем небольшом городке, пришлось потрудиться. Пышные наряды, множество украшений, изыск и шикарность - всё это требовало немалого вкуса и старания. Но самое главное, что на это необычное действо согласились не только очаровательные женщины, но и элегантный мужчина. Это наши земляки Екатерина Ефименко, Татьяна Тельпук и Дмитрий Константинов. С каждым из них мы ещё поговорим, а пока с замиранием сердца разложим наряды, аксессуары, сделаем небольшие штрихи новогодней атрибутики и проверим фотоаппарат.

Гламурный... Люди используют этот термин, где требуется и где не требуется. Что же кроется за словом «гламур»? В переводе с английского - чары, ореол, романтичность, обаяние, очарование, шикарность и т.д.

Понятно, что гламурная девушка или женщина должна быть очаровательной, волшебной, чарующей, пленяющей, красивой, обаятельной, «зефирной» и шикарной. Соответствуют ли этим строгим оценкам наши очередные героини, судить вам, однако эти качества должны отвечать их характерам, находиться в гармонии. Что же, у нас есть возможность в этом убедиться.

На Новый год мы можем пуститься в полную свободу. Не зря всё более уверенно входят в моду новогодние костюмированные «балы-маскарады», весёлые карнавалы, хороводы у ёлки. Однако, поскольку нам не всегда хватает времени на маскарадные костюмы, попытаемся хотя бы примерить на себя гламурный наряд. А возможности для этого есть у каждого. Умело задрапированный кусок нежного шёлка, шифона, бархата, со вкусом подобранные украшения, аксессуары - и вы уже почти принцесса на Новогоднем бале, а старательная игла в мастерской Золушки сделает вас просто неотразимой. Женственность во все века побеждала. Не потому ли старое ретро так притягивает?! Посмотрите, как очаровательна Екатерина Ефименко в розовато-бордовом наряде! Она и сама растерялась, когда увидела себя такой. Ей в последнее время не раз пришлось удивляться, поскольку девушка участвовала в областном конкурсе «Мисс Потребкооперация» в Бресте. Заняв там третье место, вышла в финал. В Минске среди других красавиц Катя была шестой. Для неё это было потрясающим событием.

- Признаюсь, я была не готова к обрушившемуся на меня вниманию со всех сторон,- искренне поделилась девушка,- поскольку среди доброжелателей находились и такие люди, кто мог слегка задеть словом. Однако рада, что мне удалось побывать в такой атмосфере. Увидеть восторженные взгляды, почувствовать себя особенной. Я живу в Язвинках и не привыкла к шумной атмосфере. Добавлю, что быть в роли модели очень непросто, даже, пожалуй, тяжелее, чем в роли продавца за прилавком. После такого «выхода в свет» хочется забиться в угол.

Окончание на 4-й странице.

Гламур - это изобретение не сегодняшнего дня... Убедитесь сами:









Новогодний «гламур»

Окончание.
Начало на 3-й странице.

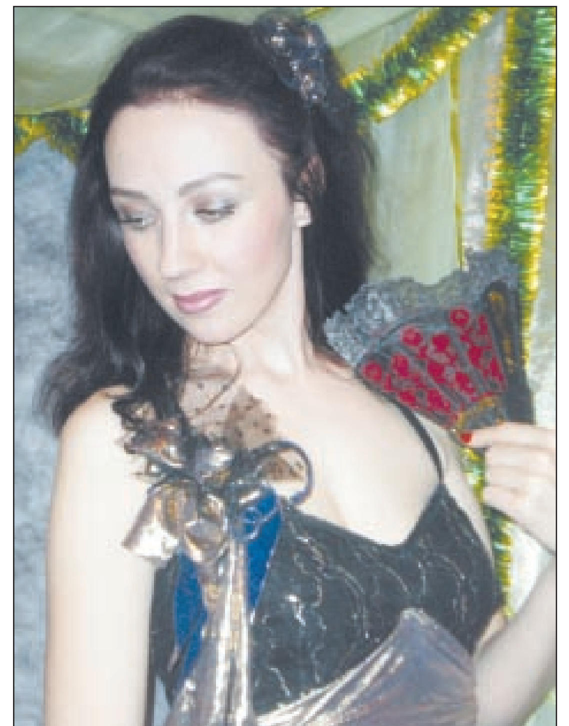
В отличие от Екатерины, Татьяна Тельпук предстала перед нами поистине гламурной женщиной. Её свобода поведения перед объективом, кокетство, очарование поистине покоряли. И хоть теперешняя жизнь Татьяны далека от «гламура», следы его в каждом её движении, жесте, взгляде... По ходу съёмок Татьяна то и дело вносила полезные поправки в композицию, костюмы, выражение лиц. Не удивительно - ведь она несколько лет работала в сфере культуры, многие до сих пор помнят программы с ней в качестве культорганизатора и ведущей. Сегодня Татьяна, находясь в декретном отпуске, воспитывает малышку-дочь и заканчивает учёбу в Пинском училище искусств. Предложение поучаствовать в «Новогоднем Гламуре» приняла с удовольствием.

- Мне захотелось настроиться на новогодние праздники, - призналась Татьяна. - К тому же каждый Новый год у меня связан с шумом утренников, корпоративных вечеринок, ведением концертов. Вот и сейчас - в ожидании концерта в санатории «Світанак». С ансамблем «Прымакі» работать интересно и приятно. Что касается «гламурной» темы, то, хотя наш город мал, гламурность присуща многим лунинчанкам, ведь в это широкое понятие можно вместить многое. Действительно, Новый год - это праздник, который может нас вмиг превратить в загадочную фею или королеву... Кстати, наступающий год - Белого кролика. Одевшись в белые меха, можно здорово ему угодить. А ещё в моде будет морковный цвет, ведь кролик любит морковь.

Хотелось бы добавить к высказыванию Татьяны, что гламурная женщина никогда не спутает цвет морковный с оранжевым, коралловым и тем более лососевым. Она всегда найдёт отличие в надоевшем розовом цвете, меняя его оттенок на цвет «увядшей розы», «пепла розы». Цвет фуксии она превосходно заменит на не менее модный оттенок розового, чтобы выгодно выделяться из толпы. Раньше считалось, что стильная девчонка должна себя вести надменно и ходить по улицам, устремляя загадочный взгляд, не замечая прохожих. Сегодняшняя гламурная девушка вежлива, учтива и владеет искусством внутренней улыбки. Она очаровывает и оставляет в памяти неизгладимый след. Но! Гламурная девушка не схожа с вульгарными знаменитостями, она не позволит распущенности. Когда она выходит из дома, то дворовые мальчуганы перестают грубить. Однако, возможно, лучше об этом скажет мужчина?



Екатерина Ефименко примеряет на себя очередной образ



Томно-задумчивый взгляд Татьяны Тельпук гармонирует с её нарядом

Дмитрий Константинов - личность в Лунинце достаточно известная, поскольку, работая индивидуальным предпринимателем, много контактирует с жителями города. К тому же любит путешествовать не только по Беларуси, но и дальним странам. Понятие гламурности у него вызвало слегка ироничную улыбку.

- Исходя из слова «очаровывать», многие незрелые девушки и женщины бросаются в другую крайность, - считает Дмитрий. - Пытаются очаровывать излишними «наворотами» в одежде, яркими блёстками, кричащим макияжем и, что ещё хуже, вызывающим поведением. «Гламур» предполагает некую элитарность женщины. И если она даже допускает какую-то «шалость», то это должно вызвать всего лишь умиление и снисхождение. Наверное, отличить настоящую гламурную женщину от «гламурной с минусом» гораздо проще, чем отличить цвета морковный и лососевый.

Разговор с нашими участниками состоялся позже, а перед этим сам процесс съёмок был не менее интересным. Как непросто было Дмитрию окунуться в необычную обстановку! Сильный, крепкий, с накачанными мускулами молодой мужчина перед красотой девушек неожиданно оробел, его прекрасная улыбка так и не смогла запечатлеться в кадре, а специально сшитая для съёмок бархатная чёрная бабочка не прижилась на могучей груди. Да и свой чёрный костюм он давно не одевал, отчего чувствовал себя не совсем комфортно. И всё же мы благодарны Дмитрию за то, что не оставил в одиночестве очаровательных девушек.

Подумалось: а почему бы в Новый год не провести в каждой семье необычную фотосессию? У каждого свой «гламур» и своя фантазия. Нам лишь захотелось подарить чуточку красоты, побуждая к действию. Ведь она и есть настоящий «гламур», поскольку очаровывает, пленяет, потрясает и дарит нашей душе вдохновение. Мы оставили за кадром разговор о том, как можно украсить дом под Новый год, что изменить в интерьере, какие необычные открытки можно подарить, как найти самые лучшие и волшебные слова близким, родными и друзьям, какие новогодние традиции ввести в нашу жизнь... Ведь «Мода в нашем городе» - очень широкое понятие, и вводить её мы можем с вами сами. Главное - научиться не плыть по течению жизни, а управлять ею. И тогда, пролистывая дни уходящего года, душа наполнится радостью жизни.

**Анна Бондаренко,
г.Лунинец**

Художественные фотообразы автора





Дмитрий Константинов выступал в роли галантного кавалера



Аксессуары о многом говорят...

Выражаем искреннюю благодарность ИП: Валентине Викентьевне Тельпук - за помощь в предоставлении ткани, Елене Николаевне Чижик - за предоставление аксессуаров.

Эмоции и человек: месть

...Прощайте, если что имеете на кого, дабы и Отец ваш Небесный простил вам согрешения ваши; если же не прощаете, то и Отец ваш Небесный не простит вам согрешений ваших.

Евангелие от Матфея

Ох, как трудно это сделать! Ведь вас обидели, унизили, оскорбили, нанесли вред вам или вашим близким. Сразу возникает позитивное намерение восстановить справедливость, изменить отношение к себе, причём заставить сделать это насильственно. Возникает желание унизить, даже уничтожить обидчика. Эта агрессия направлена на уничтожение другого мира. Но ведь этот человек - часть моего мира, то есть часть меня самого. Значит, направляя агрессию на обидчика, вы получите уже усиленную ответную агрессивную реакцию. Так на тонком душевном, энергетическом уровне возникает месть. Месть - это производное от обиды, измены, возникшей ненависти.

Прошлой зимой на почве измены, возникшей ненависти было осуществлено двойное убийство, циничное, жестокое.

Представьте ситуацию. В летний период жили по соседству в дачном посёлке две семьи. Виктор, бывший милиционер, а тогда пенсионер, занимался предпринимательской деятельностью, жил безвыездно на даче, возделывал сад и огород. Жена Виктора Изольда, молчаливая, необщительная, угрюмая женщина, изредка наведывалась на дачу. Вместе с ней приезжал их сын. Через один участок проживала другая семья пенсионеров. Муж Степан почти постоянно находился на зимней квартире, поскольку подрабатывал в гаражном кооперативе. У них тоже был сын, который практически не бывал на даче.

У Виктора с этой соседкой, Валентиной, завязался любовный роман. В ночное время свет в дачном доме Виктора практически не гаснул. Но находился ли Виктор дома? Вопрос риторический.

Приехав весной на дачу, я не увидел Виктора. Председатель садоводческого кооператива рассказал историю.

В январе Степан с вечера ушёл на дежурство в гаражи. Вернулся на квартиру после ночного дежурства и увидел страшную картину: в зале на люстре подвешен на струне задушенный Виктор, совершённо обнажённый, точнее, в одних носках. Жена Валентина лежала в ванной комнате со струной на шее. Виднелись следы борьбы: унитаз был выворочен с места, всё разбросано.

Степан, как положено, вызывал «скорую» и милицию. Но где искать преступников? Вдовые супруги наотрез отказались от подачи заявлений: со стыда сгореть можно! Дети пострадавших находились в своих квартирах, в кругу семьи. А не причастны ли они к убийству? Даже открыть уголовное дело не нашлось оснований. Было решено: Виктор задушил Валентину и сам повесился. Но кто в это поверит?

Эта история наглядно показывает, как из-за негативных эмоций (блуд и прелюбодеяние, обида, ненависть, ревность) кристаллизовалась месть, которая, в свою очередь, породила зломыслие и злодеяние. Свершилось преступление - двойное изощрённое убийство.

Негативная эмоция (месть) как способ поведения приводит не только к преступлениям, но и разного рода болезням, травмам, несчастным случаям.

Мужчина пожелал отомстить жене за измену изменой. В итоге получил венерическую болезнь, и не одну. Некоторые расплачиваются инфекционными воспалительными заболеваниями: простатит, уретрит, цистит, герпес, папилломы и др. Но и это их не успокаивает, они продолжают накапливать злость и обиду, ввязываются в драки, получают увечья и смерть. Не прощая, не избавившись от желания отомстить, продолжают болеть и страдать.

Другой пример. Женщина в отместку проигнорировавшему её мужчине выходит замуж за другого, а потом мучается всю жизнь без любви и счастья.

Ещё пример. Муж изменяет жене. Жена, не желая разобраться в себе самой - чем она привлекала такую ситуацию? - изменяет в отместку. Круг замкнулся. Идут женские болезни и несчастья.

В некоторых уголках Земли (Кавказский регион и др.) существует обычай кровной мести (вендетта). В результате кровавой бойни гибнут целые семейные роды. И гордиться некому! Никто никогда вас не обидит, если вы сами к себе и к другим относитесь с достоинством, любовью и уважением.

Бороться с негативной эмоцией (местью) поздно, как с симптомами болезни. Надо бороться с истоками мести - гордыней.

В Библии есть замечательные строки: «Придёт гордость, придёт и посрамление, но со смиренными - мудрость»; «Гордость человека унижает его, а смиренный духом приобретает честь»; «За смирением следует... богатство и слава, и жизнь».

Гордыня - это непонимание своего истинного места в человеческой популяции, ощущение превосходства над другими.

Представьте, что одна клетка начнёт борьбу со всеми клетками организма. Она не сможет диктовать условия всему организму, будет отторгнута. Если вы превозноситесь над другими - вас будут стремиться унизить или вовсе уничтожить.

Следуйте закону психологии: внешнее отражает внутреннее. Измените отношение к себе - изменится отонщение к вам. Надо различать месть и наказание. Институт наказания следует предупреждению преступлений в целях воспитания. Человечество создало целые кодексы поведения и наказания (заповеди морали и чести, уголовный, административный кодексы и т.д.). Общество не мстит провинившимся. Мстят отдельные личности или группы лиц с лидерами, страдающими гордыней и негативной эмоцией - местью.

Я описал негативную эмоцию - месть - с позитивной точки зрения. Посмотрите, не нашлось ли места мести в вашем сознании. Если этот так, измените свои негативные эмоции на позитивные: любовь, дружба, смирение, прощение и т.д. Вы получите лёгкую жизнь, будете здоровы и счастливы!

Виктор Чепуштанов, г.Лунинец

«Разрядка» - по правилам

Российский психолог, доктор наук Евгений Ильин подготовил любопытное исследование на тему «эмоциональной разрядки». Действительно, как правильно выйти из стрессовой ситуации? Вот некоторые из тезисов учёного.

В настоящее время разработано много различных способов саморегуляции, но они в основном укладываются **в три варианта:** 1) посредством другой эмоции; 2) когнитивная регуляция; 3) моторная регуляция.

Первый способ предполагает сознательные усилия, направленные на активацию другой эмоции, противоположной той, которую человек переживает и хочет устранить. **Второй способ** связан с использованием внимания и мышления для подавления нежелательной эмоции или установления контроля над нею. Это переключение сознания на события и деятельность, вызывающие у человека интерес, положительные эмоциональные переживания. **Третий способ** предполагает использование физической активности как канала разрядки возникшего эмоционального напряжения.

Психическая регуляция связана **либо с воздействием извне** (другого человека, музыки, цвета, природного ландшафта), **либо с саморегуляцией.** Наиболее распространена «аутогенная тренировка». Но известна и другая система саморегуляции - «прогрессивная релаксация» (мышечное расслабление). Для снятия эмоциональной напряжённости (тревоги, страха) нужно расслаблять мышцы. Этому способу соответствуют и рекомендации изображать на лице улыбку в случае негативных переживаний, активизировать чувство юмора. Переоценка значимости события, расслабление мышц, после того как человек отсмеялся, и нормализация работы сердца - вот слагаемые положительного воздействия смеха на эмоциональное состояние человека.

Изменение направленности сознания. Варианты этого способа саморегуляции разнообразны. Отключение (отвлечение) состоит в умении думать о чём угодно, кроме эмоциогенных обстоятельств. Отключение требует волевых усилий, с помощью которых человек пытается сосредоточить внимание на представлении посторонних объектов и ситуаций.

Переключение связано с направленностью сознания на какое-нибудь интересное дело (чтение увлекательной книги, просмотр фильма и т. п.) или на деловую сторону предстоящей деятельности.

Снижение значимости предстоящей деятельности или полученного результата осуществляется путём придания событию меньшей ценности или вообще переоценки значимости ситуации по типу «не очень-то и хотелось», «главное в жизни не это, не стоит относиться к случившемуся, как к катастрофе», «неудачи уже были, и теперь я отношусь к ним по-другому» и т.д.

Снять у себя эмоциональное напряжение помогают следующие способы:

✓Получение дополнительной информации, снимающей неопределённость ситуации.

✓Разработка запасной стратегии достижения цели на случай неудачи (например, если не поступлю в этот институт, то пойду в другой).

✓Откладывание на время достижения цели в случае осознания невозможности сделать это при наличных знаниях, средствах и т.п.

✓Физическая разрядка (как говорил И.П.Павлов, нужно «страсть вогнать в мышцы»); можно совершить длительную прогулку, заняться какой-нибудь полезной физической работой и т.д.

✓Слушание музыки.

✓Написание письма, запись в дневнике с изложением ситуации и причины, вызвавшей эмоциональное напряжение. Рекомендуют разделить лист бумаги на две колонки. В левую следует записать в порядке убывания значимости все отрицательные последствия события. В правую - то, что можно противопоставить случившемуся, если возможно, то и положительные последствия, в том числе извлечённые уроки. Таким образом можно отличить неудачу от катастрофы, неурядицу от беды. Этот способ больше подходит для людей замкнутых и скрытных. Использование этого способа возможно и при диалоге, когда кто-то другой показывает человеку значимость свершившегося в другом свете (по принципу «нет худа без добра»).



Использование защитных механизмов. Уход - это физическое или мысленное бегство от слишком трудной ситуации. У маленьких детей это наиболее распространенный защитный механизм. **Идентификация** - процесс присвоения установок и взглядов других людей. Человек перенимает установки могущественных в его глазах людей и, становясь похожим на них, меньше чувствует свою беспомощность, что приводит к снижению тревоги. **Проекция** - это приписывание своих собственных мыслей и поступков кому-то другому: «Это сделал он, а не я». По существу, это перекладывание ответственности на другого. **Отрицание** - это отказ признать, что какая-то ситуация или события имеют место.

Настойчивые попытки воздействовать на очень взволнованного человека для его успокоения при помощи уговоров, убеждения, внушения, как правило, не бывают успешными из-за того, что из всей информации, которая сообщается волнующемуся, он выбирает, воспринимает и учитывает только то, что соответствует его эмоциональному состоянию. Больше того, эмоционально возбуждённый человек может обидеться, посчитав, что его не понимают. Лучше дать такому человеку выговориться и даже поплакать. «Слеза всегда смывает что-то и утешение несёт», - писал В. Гюго.

Подготовил Виталий Дымов, «ГЛ»

По ту сторону рая

Мария Фёдоровна подошла к подъезду. Заметив соседок, остановилась. Две любительницы спиртного о чём-то шептались. «Снова замышляют какую-нибудь гадость», - закралось подозрение в душу женщины. Она тихонько подошла ближе, благо те сидели спиной к ней.

- Вот не веришь! А я правду говорю! Прямо из петли меня вытолкали. Я в петлю, а они - ни в какую. «Не время ещё», - кричат.

- Вот это да! А какие они, черти?

- Ты что, чертей не видела? Обычные, с рогами, пятаками, как у свиней. У них, знаешь, хвосты такие длинные, мешают ходить. А цвет! Чернее ты не видела! Как смола! - в голосе пьяной женщины слышался неподдельный восторг.

- Говоришь, вытолкали. Но зачем? Им-то какое дело до твоей жизни? – недоумевала собутыльница.

- Ну, ты и тупая, не догоняешь, что ли?! Нет у меня грехов, не подхожу я для них. В аду пусть другие горят!

Мария Фёдоровна от возмущения заговорила, выдав свое присутствие:

- Это ж надо было так упиться! Прямо до чертей! Ад по вас плачет! Вытолкали черти, думают, пей дальше, чтоб наверняка сразу в пекло угодила. Подумай, шанс исправиться ещё есть, пока черти целиком душу не поглотили! - Мария Фёдоровна стала отходить от греха подальше, видя взбешённые взгляды женщин. - Может, и зелёного змия видели?

Ответа она не услышала, скрылась за дверями подъезда. Пьяные женщины было поднялись вслед, да, заприметив вдали мужчину с бутылкой в руках, поспешили нетрезвой походкой тому навстречу, мгновенно забыв про сварливую соседку.

Поднимаясь по лестнице, Мария Фёдоровна услышала, как хлопнула дверь на чердак.

«Снова бомжи! Амбарный, что ли, замок повесить?» - подумала она, решительно направляясь вверх по лестнице. Открыв дверь на чердак, оторопела от ужаса.

- Ирка, Ирочка, что ты делаешь? – бросилась она к девушке, снимая с хрупкой шеи веревку. - С матерью, что ли, сговорилась? Ту черти из петли вытолкали, а тебя - я! Что ж это творится?

Мария Фёдоровна крепко обняла девушку, лицо которой абсолютно ничего не выражало, затем осторожно отвела к себе в квартиру.

- Тётя Маша, позвольте мне умереть, я не хочу так жить! - вдруг произнесла Ира и расплакалась. Мария Фёдоровна плакала вместе с девочкой. Плакала над её непростой судьбой. С самых пелёнок Ира и её старшая сестра Вера узнали, что такое голод, холод и синяки. Несколько раз органы опеки забирали девочек, угрожали их матери лишением родительских прав. Но та умела пустить слезу, на некоторое время успокаивалась, сдерживая обещания, в квартире появлялась еда, кое-какая одежда для девочек. Знала она, что только на детские пособия сможет выпить, поэтому хитрила, и ей верили, давали шанс. Так девочки и выросли. Соседка Мария Фёдоровна стала для сестёр роднее собственной матери. У неё было тихо и спокойно. Девочки всегда бежали к тёте Маше, укрываясь от пьяной матери и её сожителей. У Марии Фёдоровны не было своих детей. Соседских девочек она любила, как родных, всячески опекала. Всегда старалась найти нужные слова, но сейчас растерялась, просто поглаживала вздрагивающие от рыданий плечи девушки.

- Ирочка, девочка моя, у тебя будет всё хорошо!

- Тётя Маша, не надо! Я знаю: в моей жизни ничего хорошего не будет. Не врите мне, я уже не маленькая, всё вижу и понимаю!

- У тебя есть я и Серёжа, он любит тебя.

- Уже нет! - снова зашлась рыданиями Ира. - Ненавижу её, пусть бы она подохла. Испортила мне жизнь, алкашка проклятая!

В душу Марии Фёдоровны закрался страх. Как же так? Мало испытаний на Иркину судьбу, так ещё и потеря любимого человека!

- Вы бы видели, с каким отвращением и брезгливостью зашёл Сережа к нам в квартиру. Каким было выражение его лица в тот момент! Подобного стыда и унижения никому не пожелаю! Он от меня бежит, как от прокажённой, даже не смотрит в мою сторону. Тётя Маша, за что мне это? Ведь ничего не изменится, вы посмотрите на неё, она напивается всё больше и больше. Как, скажите, можно жить среди этого смрада? Мне иногда кажется, что я пропиталась этой гадостью.

- Ирочка, девочка, посмотри на Веру, ведь справилась сестричка, не сломалась. Как хорошо живёт с Ваней, вот уже и меньший в школу пошёл. И у тебя всё образуется, ты только не теряй надежды.

- От Веры Ваня не сбежал. А Серёжа?

- Будет другой. Значит, не судьба!

- А что моя судьба? Между мной и нормальной жизнью - пропасть. Мне не перейти эту грань. На мне клеймо - дочь алкашки, потенциальный будущий алкаш. Кто с такой свяжет свою судьбу?

- Не говори так. Всё в твоих руках. Просто пока ты не встретила того, с кем будешь счастлива, – пыталась переубедить девушку Мария Фёдоровна, но та была тверда в своих убеждениях.



Вечером, встретив мать Иры у подъезда в изрядном подпитии, Мария Фёдоровна в очередной раз попыталась достучаться до совести соседки. Но та заплетающимся языком заявила:

- Я живу в демо… демо… демократической стране, я свободна, имею право выпить. И ты, Маша, не имеешь права ущемлять мои желания.

- Тьфу! - зло плюнула Мария Фёдоровна. - Права ты знаешь, а обязанности?

Она махнула рукой и ушла. Только страх за Ирку не исчезал. Странное настроение было у девушки, когда та уходила, якобы к подруге. И страх оказался небеспочвенным. Рано утром Иру нашли с перерезанными венами.

Мария Фёдоровна, убитая горем, ходила по инстанциям, собирая бумаги на похороны, а у соседки появился ещё один повод выпить. Теперь она каждому встречному рассказывала, как несчастна, как переживает смерть дочери, что от горя спасает только рюмка…

Елена Ячменович,
г.Лунинец

Глубокий смысл поэзии

В бобруйском издательстве вышел семейный сборник стихов и прозы моей землячки Нины Николаевны Матвейчик. В него вошли стихи и проза её дочери Елены, а также басня отца.

Родилась Нина в деревне Дворец. Здесь же закончила десятилетку. Способности писать, а также музыкальный слух унаследовала от отца Николая Клементьевича Ковшика: вокальные данные, фантазию, человеколюбие - от матери Ольги Степановны.

Я хорошо помню, как Нина вместе с отцом (он играл на баяне) выступали с песнями на сцене в Дворецком Доме культуры. Девушка была всесторонне развитым человеком: ещё школьницей писала стихи, заметки в «Піянер Беларусі», была победителем творческих конкурсов, играла на гитаре... Как пишет сама, выбор профессии был обусловлен серьёзностью натуры. Закончив Минский мединститут, стала неврологом. Судьба забросила её в Бобруйск, где она заведует неврологическим отделением городской больницы скорой медицинской помощи. Человек творческий, неординарный: пишет стихи, сценарии, эпиграммы, участвует в художественной самодеятельности медиков.

Можно научиться писать стихи. Можно стать мастером, профессионалом, автором многих книг. Но стать поэтом? Как-то мне встретилась латинская пословица, которая говорит, что поэтами не делаются, «поэтами рождаются». Однако коль практика современной литературной жизни свидетельствует, что поэтом в наше время можно сделаться (и это происходит весьма нередко), то я попытаюсь сузить смысл литературного изречения, чтобы он стал бесспорен, - лириками не делаются, лириком надо родиться.

Молодая поэтесса Нина Матвейчик родилась поэтом-лириком философского склада. В её стихах есть именно щемящая любовь к жизни (она врач по профессии), лёгкий, летучий темперамент, волнующая душу лирическая точность и одновременно некая туманность взгляда, как будто поэтесса смотрит на мир сквозь заволакивающие взор слёзы восторга и печали о красоте этого мира. В сборнике есть стихи и на русском, и на белорусском языках.

Прочитаем стихотворение «Гэта ты, гэта я».

Гэта ты, гэта я, паміж намі
Быццам успыхнула ранкам зара
І празрыстымі хмарак крыламі
Ускалыхнула, спаткала, узяла.
І заззялі па-іншаму росы,
Сэнсам поўніцца дождж трапяткі,
І бясконцаю плынню нябёсаў
Размаўляюць ужо васількі.
Цветам яблыні снег надаецца
І сімфоніяй песня гучыць,
Мары сны зачароўваюць сэрца,
Поўня? Жоўтай пяшчотай імжыць.
Што яно для душы? Ці спатканне,
Ці імгненне, ці, можа, санет?
Многа думак, але ўсё ж каханне -
Гэта лёс, гэта цуд, гэта свет.

У Нины Матвейчик лёгкое дыхание. В её стихах живёт упругое лирическое, философское и одновременно целомудренное чувство - это целомудрие, свойственное зрелости, делает светлым внутренний драматизм жизни, который она же постоянно ощущает.

Прочитайте, к примеру, стихотворение «Моя душа».

Моя душа - открытое окно,
Замков и ставней не было в помине.
В красивой жизни мир обращено,
Уютно в комнате горит огонь в камине.

В этом стихотворении автор говорит, что она человек открытый: в любое время суток заходите к ней в дом, он всегда открыт, как и сама поэтесса собрана, открыта к людям, к Родине, к природе. А это главное в человеке.

Не скрою, я прочитал сборник внимательно, на одном дыхании, перечитывая некоторые стихи по несколько раз. Интересно наблюдать, как какой-либо штрих увиденного или услышанного поэтессой даёт толчок её воображению, воображение рождает мысль, и мысль, сначала мимолётная и едва очерченная, постепенно набирает глубину:

Стихотворение «Высокое, заслуженное»:

Пусть бросят нам, что души очерствели,
Что плесенью затянуты сердца.
В моральной и этической дуэли
Повергнем в бегство лживого истца.

И далее:

Не ради денег и не ради славы
За взор оживший заблестит слеза,
За возвращенье бьют эмоции, как лава,
За счастье посмотреть глаза в глаза.
Горжусь профессией, себя не расплескала
И не сломались в круге неудач.
Поклон, что на распятье не отдали
Высокое, заслуженное - врач!

Когда-то кто-то сказал: «Поэт в России - больше чем поэт». Так было во все времена, и особенно необходимо это в наш неспокойный век. И хотя поэзия сама по себе не в силах что-то изменить, в окружающем мире она будоражит души человеческие, пробуждает разум, и люди, поверившие слову поэтессы, способны сделать мир совершеннее.

Есть у Нины Матвейчик и смелость в подходе к теме, и философские рассуждения, и любовная лира. Как говорится, первые шаги сделаны. Нужно идти дальше - к овладению глубоким мастерством. А что такое мастерство поэта? Это, прежде всего, его труд, язык, вбирающий в себя всю полноту и многообразие жизни при помощи точного, весомого, многогранного слова.

Нина Матвейчик должна знать: то, что прощается первой книге, не простится последующей. С таланта - спрос. Чем дальше, тем больше. А я верю, что Нина Матвейчик знает цену слову. Это можно сказать, когда прочитаешь сборник её стихов.

Максим Казун, д.Вичин

Борьба взглядов

Утренний городской автобус. Практически все пассажиры визуально знают друг друга – город маленький, на работу едут в одно и то же время. Беседы ведут оживлённо, громко – ещё одна из особенностей периферии.

- Как так можно разговаривать со старшими? - возмущаясь, говорит женщина лет сорока пяти своей собеседнице, - Совсем молодёжь обнаглела. Представляете, взяли в магазин ученицу на практику, соответственно, я ей указывала, что делать, а она мне в ответ: «Не повышайте на меня голос». Как можно было только додуматься мне так ответить! Обнаглела - я же её старше! А я ей в ответ: «Ты ещё не слышала, как я кричу!».

- Вот-вот, - с пониманием отвечает собеседница, - у меня та же картина. Твоя хотя бы сказала не повышать голос, а моя ответила: «Не кричите, вы не дома». Старший продавец заметила, что я плохая заведующая, если не могу приказать и прикрикнуть на подчинённых. В наше время такого не было…

Оказывается, по мнению старшего поколения, повышать голос на подчинённых - это и есть норма правильного поведения. Не авторитетом нужно добиваться подчинения и уважения, а криком и возрастом. Чему же вы нас учите, товарищи взрослые? «Дедовщине», беспрекословному повиновению, отказу от собственной точки зрения? Неужели на самом деле правильно так поступать?..

Надежда Мирная, «ГЛ»

Единственный аргумент?..

Нахожусь в отпуске по уходу за ребёнком. С семьёй проживаем в многоэтажке. Теперь, спасибо ЖКХ, поддержанию площадок в чистоте занимается само ведомство. Но есть и минус - подъездная дверь-то у нас с кодовым замком, а чипа у сотрудников коммунальных служб нет. Но все мы люди, понимаем, и идём навстречу - открываем двери им по тонофону.

Но так вышло, что сотрудницы ЖКХ «облюбовали» мой номер квартиры и приходили в такое время, когда мой грудничок отдыхал. Открыв в очередной раз дверь, вышла на коридор попросить набирать номер других квартир, так как в нашем подъезде квартир достаточно, а грудничок только у меня, у остальных жильцов детки постарше. Вошли в мою ситуацию, пообещали больше не звонить. Через день - звонок. Опять выхожу, опять прошу не набирать номер моей квартиры или говорю, что отключу тонофон совсем. На этот раз раздражённо слышу в ответ: «Подъездов много, трудно запомнить, кому не стоит звонить». Но слыша плач за дверью, соглашаются. Но на следующий (!) день - опять звонок, опять ребёнок - в крик.

Понимаю, один раз забыли - случайность, два раза забыли - случайность, но ТРИ - закономерность. Открываю дверь, выхожу на прощадку и перехожу на крик. И - чудо! Меня услышали и больше не беспокоили!

Жаль, что понять друг друга мы смогли только испортив отношения.

Юлия Доронина, «ГЛ»

Повседневный спутник

Никто из нас уже и не мыслит себя без мобильного телефона. Это средство связи - наш повседневный спутник. С ним засыпаем, от его звонка просыпаемся, ведём в нём календарь, договариваемся о встречах. Кроме того, это наш навигатор и успокоительное. Если вдруг забыли его дома, то обязательно возвращаемся. Он нас раздражает, но без него - как без рук. Вещь нужная, что и говорить. Приходящие в нашу жизнь блага человечества становятся неотъемлемой её частью. Только почему-то наше отношение к ним имеет не весьма адекватную реакцию, какой-то перебор.



Перебор в том, что мы не умеем вести себя в общественном месте с телефоном. От мала до велика, записав неимоверное количество песен, начинают их слушать без наушников, чтобы все обратили внимание и услышали. Меломанов не интересует то обстоятельство, что не всем нравится одинаковая музыка, что громкий звук раздражает. Они даже умудряются включать стандартные мелодии. Если включает один, ещё терпимо, но они же (например, учащиеся в дизеле) делают это группами. Сидеть в таком месте невозможно. Или идёт по улице дошколёнок, а его телефон «разрывается» от шансона. Заходя в учреждение, некоторые так обсуждают свои проблемы по телефону, что сам того не желая, становишься невольным участником разговора и узнаёшь много интересного. А беременные или дети, которые вешают сумочку с телефоном на шею, подвергая себя излучению при каждом звонке?!

Поведение, характерное для японской модели «группового человека», отсутствие элементарной социальной культуры. Причём, так во многом. Начиная от манеры одинаково одеваться до манеры вести себя в обществе.

Надежда Мирная, «ГЛ»

Что на первом плане?

Каждые уважающие себя бабушка или дедушка считают своим прямым долгом побаловать внучков сладостями, игрушками, другими покупками… А лучше всего - дать денег, и желательно - чаду в руки. Дети, конечно, этому рады и привыкают. Только со временем мелочи интересовать перестают, а на первый план выходят деньги. И дедушки с бабушками сетуют соседям: «Мои внуки лучше меня знают, когда день пенсии. Я могу запамятовать, а они всегда придут, напомнят». Кроме того, каждая сделанная по дому работу имеет стоимость по негласному прейскуранту. Как только деньги заканчиваются - ни детей, ни внуков не найти и не вызвонить.

Кто же виноват в этом? Наше отношение к воспитанию подрастающего поколения. Сеем не весьма доброе, а хотим пожинать хорошее. Зачем изначально приучать детей к товарно-денежным отношениям в семье, платить им за то, что называется простыми словами - помощь близким?! Выстраивать логическую цепь - дали, значит, сделал, не дали - итог понятен? Платить за хорошие оценки, поступки? Неужели любовь к родным людям измеряется только в денежном эквиваленте? А потом обижаться на свои же плоды и обвинять в чёрствости и бессердечности. Причём сами взрослые приучают детей к этому мировоззрению.

Надежда Мирная, «ГЛ»

«Ах, школа, школа...»

Школа в наше время - это своеобразный модельный подиум и социальное сито. И, складывается такое впечатление, только в последнюю очередь - «храм знаний». Подготовить ребёнка к учебному году - настоящее родительское искусство. Главный принцип - чтобы «мой был не хуже всех». И вот под таким девизом шагаем по дороге знаний.



Младшие классы соревнуются в яркости рюкзака, количестве пеналов, красивых тетрадей, хотя сейчас ощущается прогресс, и дети соревнуются в марке и «крутости» мобильных телефонов, наличии компьютера, игровых приставок (заметьте, не количества прочитанных книг). Заявление типа: «Не купите новый телефон - не пойду в школу» - уже не новость, а скорее норма. Родители, конечно, спешат исполнить каприз.

Возраст постарше устраивает своеобразные соревнования в обновлении гардеробов. Здесь на выбор: мини-юбки, короткие топы, сапоги или туфли на шпильках, обособленность по молодёжным движениям («чёрный или розовый стиль»), цепи на джинсах, бижутерия, украшения… Да всего и не перечислишь. Учителя теряются на фоне учеников. Мэйк ап учениц, пирсинг - отдельный разговор. И сам собой возникает вопрос: кто всё это оплачивает? Не сами же дети. Конечно, товарищи родители! Зачем?! Неужели для этого ходят в школу? Школа должна нести совсем другие функции. Неправильно приучать детей к тому, что тот, кто лучше одет, тот и молодец. Прежде всего, нужно ценить знания, уважать за разносторонность развития. Необходимо прививать вкус, умение ориентироваться в стилях при выборе одежды. Любое учреждение диктует определённые требования, «дресс-код», и его следует придерживаться. И именно родители должны это объяснить детям и показать своим примером. Дома многие, рассказывая о работе в присутствии детей, обсуждают коллег. Очень редко говорится о их профессиональных качествах. В основном беседа сводится к тому, кто и как одет, у кого какая машина, квартира, дача. Практически конкурсный отбор. В коллективе же, соответственно, сотрудник, который не может в силу каких-либо обстоятельств регулярно сменять гардероб, хвастаться новыми приобретениями, чувствует себя дискомфортно, «не в своей тарелке». Дети копируют такую манеру в общении и поведении. Может, следует оглянутся вокруг, улыбнуться и всё-таки понять, что самое главное не то, как ты одет, на каком авто ездишь, а то, что у тебя внутри?

Надежда Мирная, «ГЛ»

Сила сильного пола

Мужчины всегда считают себя сильным полом. Путая понятия силы физической и силы духа. Поднять что-нибудь тяжёлое, перенести, открыть, одним словом, применить усилие в прямом смысле - несомненно, мужская прерогатива. Только «нести» обязанности, касающиеся семьи, оказывается, должны женщины. Так сказать - вы думайте о жизненных мелочах, а мы рождены для большего. Убрать, приготовить, постирать, всем уделить внимание, собрать на работу, в садик, школу, следить за тем, чтобы не пустовал холодильник, ну и, конечно, отработать наравне, а может и больше, чем глава семьи, также не забывая при этом хорошо выглядеть. Как видим, список «небольшой».

Мужчинам же необходимо: сходить на работу, следить за состоянием авто (если есть), съездить на рыбалку, попить пива с друзьями, посмотреть футбол, поиграть в компьютерные игры, упрекнуть или сделать несколько критических замечаний, посмотреть ребёнка, причём при чётком временном ограничении, оговорённом заранее, спросить: «У тебя уже нет денег на питание? Ты не умеешь ими рационально распоряжаться!» При встречном предложении жены закупать продукты самому максимум через три дня энтузиазм мужчины угасает, и он с удивлением в глазах и голосе говорит: «Представляешь, практически ничего не купил, а денег потратил много. Неужели всё так подорожало?»

Согласна, что женщина - хранительница очага. Атмосфера в семье, именуемая ещё «женским счастьем», зависит от того, что она создаёт вокруг себя, как налаживает быт. Только всем женщинам так хочется, чтобы этот труд ценили! Ценили их умение всё совмещать, жертвовать временем, своими принципами, силами, интересами, фигурой в конце концов. Умением всех пожалеть, выслушать, помочь, оградить, воспитать… Всего не перечислишь. Как поётся в одной детской песенке: «Мама может, мама может всё, что угодно..»

Дорогие мужчины, попробуйте хотя бы раз представить себя женщиной. Представили? Прочитав написанное, обнимите своих женщин, скажите им что-нибудь ласковое, поцелуйте, чтобы им стало светлее на душе и радостней на сердце, чтобы они на некоторое время забыли о ежедневных заботах и хлопотах. Уделите им внимание, вместе приготовьте ужин, предложите просто прогуляться по улице.

Надежда Мирная, «ГЛ»

«Моя мама лучшая на свете...»

Члены кружка «Поэтический вестник» - пятиклассники микашевичской СШ №1 - получили задание от руководителя Нины Владимировны Ницевич рассказать о своих мамах в стихотворных строчках. Все произведения должны были начинаться со строки «Моя мама лучшая на свете...» И вот что получилось...

Анна Печень:

Моя мама лучшая на свете!
Недаром мам своих так любят дети!
Она мила, нежна и так добра,
Хоть все заботы на себя взяла.
Ночами ты недосыпала,
Ведь я мала была, спать не давала.
Теперь хочу, чтоб сон твой был спокойным,
Чтоб оставалась ты всегда довольной.
Сегодня в праздник твой тебя я поздравляю,
И в этот светлый день я пожелаю
Добра и радости, успеха и удачи,
Здоровья очень крепкого впридачу!

Ксения Калошиц:

Моя мама лучшая на свете!
И не буду это я держать в секрете,
С блеском её глаз и солнце не сравнится,
А её улыбка и во снах мне снится.
Добрая и милая мамочка моя!
Говорю я это от души, любя.
Сердце твоё доброе растопит даже льдинки,
А рукою нежною смахнёшь с ресниц слезинки.
Любовь твоя огромная, как море синее,
Так оставайся навсегда и мудрой и красивою!
За нежность и заботу всегда благодарю,
И пламенные строчки я тебе дарю!

Даниэла Кислюк:

Моя мама лучшая на свете!
Об этом скажем мы - её дети,
Красивей, чем она, на свете нет,
На все вопросы, если нужно, даст ответ.
Она мудра и очень справедлива,
Порой строга, но мной всегда любима,


Фотоэтюд Дианы Лагун, «ГЛ»

Шарики от любимой мамы

А если станет плохо - не беда,
Если мама рядом - помощь ждёт всегда!

Влад Подомацкий:

Мамочка моя, ты - лучшая на свете!
Я скажу тебе об этом не тая,
Ты - добрая, ласковая, нежная,
Ты - самая красивая, мамочка моя!

Подготовила Галина Самуйлик, «ГЛ»

Глупость как научная категория

Люди глупы. За это открытие израильский учёный, Даниэль Канеман, работающий в США, получил Нобелевскую премию по экономике за 2002 г. (Впрочем, к вам, уважаемый читатель, это не относится. Это про других.).

В ходе ряда точных научных экспериментов Канеману удалось доказать, что в своей повседневной жизни большинство людей не руководствуются здравым смыслом. Даже профессора математики в обычной жизни редко прибегают к элементарным арифметическим операциям.

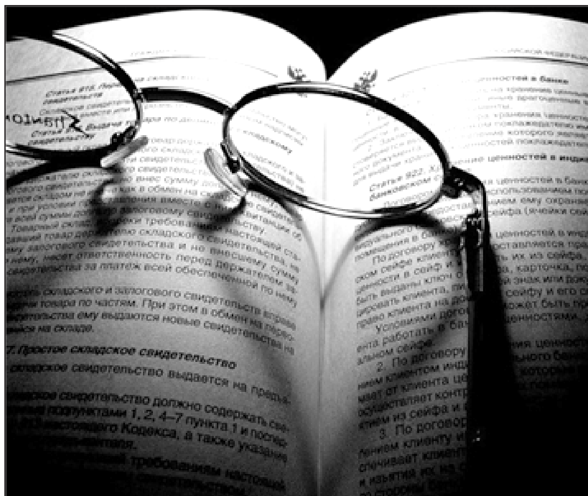
Канеману впервые удалось ввести в экономику понятие человеческого фактора, объединить в единую науку психологию и экономику. До него экономисты диву давались - почему рассчитанные ими модели дают внезапные сбои, почему люди ведут себя не так, как им положено по теории? Почему вдруг падает биржа или почему люди бросаются в банк изымать вклады, менять одну валюту на другую?

Самое интересное, что лауреат Нобелевской премии по экономике никогда экономике не учился, а всю жизнь занимался психологией. В данном случае - психологией выбора повседневных экономических решений.

Все экономисты до Канемана, начиная с Адама Смита, делали одну и ту же ошибку - они предполагали, что человек руководствуется элементарной логикой и собственной выгодой - покупает там, где дешевле, работает там, где больше платят, из двух товаров одинакового качества выберет тот, который дешевле.

Исследования Канемана показали, что всё не так просто. Люди, оказывается, не хотят думать. Они руководствуются не логикой, а эмоциями, случайными импульсами, тем, что вчера слышали по телевизору или от соседа, устоявшимися предрассудками, рекламой и т.д. Вот пример. Оказывается, если снизить цену, то товар вовсе не обязательно начнут быстрее раскупать. Некоторые подумают, что это просто уценка товара из-за плохого качества. А если цену повысить, люди подумают, что им предлагают товар лучший, чем раньше.

Экономисты до Канемана наивно полагали, что если человеку, работающему сдельно, повысить расценки, он станет лучше работать. Оказывается, далеко не всегда. Одни - да, действительно лучше. Другие: зачем выкладываться, если при прежней производительности они всё равно получат больше, чем раньше? Третьи - станут ра-



ботать медленней, чтобы получать столько же, сколько раньше, при меньших затратах труда.

Рассуждения экономистов до Канемана напоминали рассуждения учёных до Галилея. Ведь в течение тысячелетий все великие умы предполагали, что тяжёлый предмет, сброшенный с высоты, быстрее долетит до земли, чем лёгкий. Дети сегодня тоже так считают. Тысячи лет это принимали на веру, и никому до Галилея не пришло в голову проверить это. Каково же было удивление Галилея, когда он установил, что деревянный и железный шары, сброшенные с Пизанской башни, долетают до земли за одно и то же время.

Итак, по Канеману, в своей повседневной жизни люди не руководствуются элементарной логикой и элементарной арифметикой.

А тут ещё лучшие психологи мира ломают головы над тем, как всучить человеку то,что ему не нужно. 98% оборота фирмы «Пепси-кола» уходит на рекламу. Человек покупает не сладкий сироп, а образ жизни, который ему вбили в голову. Часы за 50 долларов показывают время точно так же, как за 10 тысяч. Человек не покупает часы, костюм, мебель - он покупает самоуважение.

Канеман прав. Люди почему-то не хотят признавать простых и очевидных вещей.

Прислал Илья Николаев

Необъяснимые миллиметры судьбы

Выражение «родился в сорочке» имеет буквальный смысл. Так называют тонкую плёнку на голове малыша, которая представляет собой часть плаценты. Считалось, что такой младенец будет счастлив в жизни и беда обойдёт его стороной. Но для этого «сорочку» нужно хранить до конца жизни. «Рождённых в сорочке» наделяли особыми свойствами: приписывали дар тайновидения.

Определить, родился ты в рубашке или нет, суждено не каждому, а только по указу самой судьбы, высших сил, необъяснимых явлений или чего-то ещё, что не подвластно нам. Но чаще людей называют невезучими.

Вот и в Книгу рекордов Гиннеса может попасть самый невезучий человек Великобритании. Ребёнком он выпадал из коляски, падал с лошади, его сбивала машина. Подростком упал с дерева и сломал руку. Автобус, на котором он возвращался из больницы домой, попал в аварию, и он сломал ту же руку, но уже в другом месте. В зрелом возрасте его два раза ударяла молния, он попадал под обвал камней в шахте, выжил в трёх автомобильных авариях, чудом не утонул. Его жена и друзья уже научились относиться к этому с юмором. Сам потерпевший объяснить происходящее никак не может, просто всякий раз радуется, что остаётся живым.

Осознание человеком своей непохожести на других происходит в ситуациях, когда силы человека безграничны, и он сам узнаёт себя иного: катастрофы, невероятные потрясения, цепь необъяснимых и странных обстоятельств, которые нельзя изменить, а только остаётся действовать по ситуации и ждать их завершения. Понятно, что люди, пережившие подобное, не будут кричать о своём явлении на каждом углу и разбираться, почему жизнь испытала именно их, а они остались живы. Никто и ничто пока не способно объяснить силы, охраняющие человека в катастрофах. Если и есть у каждого свой ангел-хранитель, то его силу во многом определяет сам человек своими поступками, жизненной позицией, открытостью всему хорошему, готовностью принять удары судьбы и мужественно их вынести.

Многие случаи с опозданием на самолёт или автобус, которые впоследствии разбивались, счастливчики приписывают интуиции и непонятному смешанному чувству. И в этом есть определённый резон. Учёные уже давно доказали, что интуиция и её развитие - ни что иное, как способность человека максимально включиться и правильно читать окружающий мир: слушать себя и свой внутренний голос, видеть, запоминать и сопоставлять повторяющиеся события, вовремя принимать решения и стараться не совершать поспешных и необдуманных поступков. «Слушайте вашу интуицию. Она редко ошибается», - излюбленное выражение психологов.

Иногда чудесные явления говорят лишь о знаках свыше: чудо как шанс даётся спасённому, чтобы что-то изменить в себе. Великая прорицательница Ванга говорила: «Тот, кто хоть раз заглянет в глаза смерти и судьбе, уже никогда не будет прежним». Если вам приходилось встречать или слышать о таких людях, то после невероятного спасения многие из них отказываются от вредных привычек, становятся добрее и благосклоннее, помогают нуждающимся и страждущим. Они словно благодарят судьбу за спасение, стараясь доказать, что их выбрали не зря. Нельзя забывать, что такие люди могут получить при своём спасении тяжелейшую душевную травму: смерть близких людей, невозможность помочь окружающим в беде, осознание того, что другое горе могло стать твоим, и всё решили необъяснимые миллиметры судьбы. И тогда с их позиции восторженные отзывы окружающих «Да ты везунчик, в рубашке родился» могут нести иной оттенок произошедшего: боль от утраты близких или окружающих настолько невыносима, что лучше бы они отдали свою «рубашку» им.

Многие считают, что «рубашка» тут не причём. Люди сами должны заботиться о собственной безопасности, а не доверяться счастливому случаю. Не надо быть беспечными и встревать туда, где ситуация может выйти из-под контроля. Излишняя самоуверенность и удальство ещё никого до добра не доводили. Лишний раз остановитесь и оглядитесь по сторонам: многие явления вопиюще и очень показательно кричат нам о предстоящей беде. Оставляйте в своём сердце место для чуда!

Подготовила Галина Самуйлик, «ГЛ»

Шенгенская виза, или «Окно» в Европу без проблем

Для посещения стран Европы в большинстве случаев требуется шенгенская виза. Такая виза не выдаётся любому желающему, поэтому иногда граждане получают отказ, а в посольствах могут и не объяснять его причины.

История соглашения

В 1985 году в люксембургском городе Шенген пять европейских стран - Германия, Франция, Люксембург, Бельгия и Нидерланды - подписали особый договор. В нём государства обязались устранить границы между собой для создания «общей европейской свободной зоны перемещения людей, товаров и услуг», объединения усилий спецслужб в борьбе с наркобизнесом, терроризмом, нелегальной миграцией. Так родилось Шенгенское соглашение, которое вступило в силу только в 1995 году. С этого момента каждая из семи стран-участниц (к договору присоединились также Испания и Португалия) стала выдавать визы, действительные для посещения и других стран договора.

На сегодня соглашение фактически действует в 25 государствах, между которыми отменен пограничный контроль. Это Австрия, Бельгия, Венгрия, Германия, Греция, Дания, Исландия, Испания, Италия, Латвия, Литва, Люксембург, Мальта, Нидерланды, Норвегия, Польша, Португалия, Словакия, Словения, Финляндия, Франция, Чехия, Швейцария, Швеция, Эстония. Все эти страны вместе формируют Шенгенскую зону.

Куда подавать заявление...

Ответ на вопрос зависит от того, какое государство вы собираетесь посетить. Если вы намерены побывать только в одной стране, то вам просто надо обратиться в консульский отдел её посольства. Собираясь в Польшу, Литву или Латвию (шенгенские страны, которые граничат с Беларусью), иногда вы также можете подать заявление на получение их национальной визы. Она стоит гораздо дешевле, однако выдаётся лишь в строго определённых случаях; кроме того, с такой визой вы не сможете посетить другие государства Шенгенской зоны.

В случае, если намерены побывать сразу в нескольких странах, обращаться следует в консульский отдел посольства той страны, которая является основным пунктом маршрута. Если же вы не выделяете какую-ту одну страну как главную, отправляйтесь в посольство того государства, которое намерены посетить первым. Этот порядок не обязателен в случае с многократной визой, здесь можно въезжать на территорию Шенгенской зоны без каких-либо ограничений.

Вопросы получения визы в шенгенскую страну, у которой нет дипломатического представительства на территории Республики Беларусь, могут быть решены уполномоченными посольствами. Так, французское посольство выдает визы не только во Францию, но и в Испанию, Португалию, Норвегию и Исландию. Посольство Венгрии уполномочено выдавать швейцарские визы.

...и какие документы?

Если собираетесь выехать в Шенгенскую зону, то, по закону, от вас могут потребовать ряд различных документов, которые оговорены в Шенгенском соглашении. Однако никто заранее не может угадать полный перечень бумаг, какие истребуют конкретно в вашем случае. Дело в том, что дополнительные документы требуются тогда, когда основные не убеждают консула однозначно в вашей благонадёжности. Поэтому, если, например, ваша зарплата не очень велика, что подтверждает справка с места работы, могут потребоваться другие бумаги, подтверждающие вашу финансовую стабильность (справка из банка о состоянии вашего счёта и др.).



Однако тот, кто претендует на получение шенгенской визы, в любом случае должен предоставить:

✓паспорт, имеющий не менее двух чистых страниц, выданный не более десяти лет назад, и срок действия которого прекращается не менее чем через три месяца после даты выезда с территории Шенгенской зоны;

✓документы, которые подтверждают цель и характер поездки (приглашение частного лица, деловое приглашение, подтверждение брони отеля и проч.);

✓международную медицинскую страховку, действительную для всех стран Шенгена;

✓анкету, правильно заполненную и не содержащую ложных сведений (например, не нужно утаивать, если вы ранее обращались в посольство и в визе было отказано);

✓бронь билетов на самолет, поезд или автобус (либо, если поездка осуществляется на своей машине, ксерокопии водительского удостоверения и техпаспорта, а также полис ОСАГО по системе «Зелёная карта»);

✓фотографии, сделанные незадолго до обращения в посольство. В некоторых посольствах предъявляют особые требования к тому, как вы должны выглядеть на снимках: с улыбкой или без, с очками или без оных, какую часть снимка должно занимать лицо, какой должен быть фон и др.

При этом выезжающий гражданин должен располагать необходимой суммой денежных средств на каждый день пребывания в чужой стране (а также достаточной для возвращения обратно) или предоставить гарантийные обязательства принимающей стороны по покрытию всех расходов, связанных с поездкой.

Невыполнение хотя бы одного из вышеперечисленных условий автоматически влечёт отказ в получении визы на въезд в Шенгенскую зону.

Несовершеннолетние должны выезжать за рубеж в сопровождении, по меньшей мере, одного из родителей; в иных случаях требуется письменное разрешение от обоих родителей. Подпись родителя в таком разрешении должна быть подтверждена и удостоверена нотариусом или в ЖЭСе. Кроме того, у ребёнка, независимо от его возраста, должен быть паспорт.

Что ещё нужно знать?

Если гражданин едет в индивидуальном порядке (не через турфирму), для оформления шенгенской визы документы в консульский отдел посольства он должен подавать лично. В этом случае турагентство может помочь лишь подготовить требуемый пакет документов: правильно оформить анкету, подтвердить бронь в отеле, заказать билеты.

Во французском посольстве личная подача обязательна в любом случае: это связано с тем, что там уже введена система сбора биометрических данных - отпечатков пальцев (в дальнейшем к этому должны прийти и в диппредставительствах других шенгенских стран). Хотя некоторых такая перспектива пугает, в этом есть и свои плюсы: тем, кто сдал отпечатки один раз, в дальнейшем будет проще получить шенгенскую визу в любом посольстве.

Возвращаясь к посольству Франции, надо помнить, что там для заявителей также предусмотрено собеседование с сотрудником консульской службы, которое играет далеко не последнюю роль в вопросе выдачи визы. Конечно же, стоит постараться произвести на консула хорошее впечатление: выглядеть опрятно, вести себя вежливо, говорить уверенно и не давать повода усомниться в правдивости своих слов.

Многократная шенгенская виза для поездок с туристическими целями не выдаётся. Срок действия такой визы - от месяца до года. Однако находиться на территории Шенгенской зоны обычно разрешается лишь в течение количества дней, в сумме составляющего половину срока ее действия: для полугодовой визы это 90 дней, для годовой - 180 и т.д. Если этот лимит выбран, новую визу до окончания срока действующей вам не выдадут.

Для получения шенгенской визы вам необходимо заплатить консульский сбор. Он составляет 60 евро, для детей в возрасте до 11 лет включительно - 35 евро. Также в отдельных случаях (поездки с целью оздоровления, участия в научных конференциях и др.) консульский сбор может быть уменьшен или вообще не взиматься, однако всё это решается в индивидуальном порядке и зависит от договоренностей с приглашающей стороной. При отказе в получении визы консульский сбор не возвращается.

В посольствах могут рассматривать документы заявителя на визу до 30 дней. Но, как показывает практика, всё происходит гораздо быстрее.

Если в получении визы отказали...

Необходимо различать отказ в получении визы и запрет на въезд в страну. Второй случай гораздо серьёзнее, запрет является суровой мерой и применяется к нарушителям правопорядка.

Что касается отказа, его может получить как отдельное лицо, так и целая группа по вине одного или нескольких граждан, к которым возникли вопросы у работников паспортно-визовой службы (например, при выезде с территории Шенгенской зоны позже разрешенного срока). Каждый раз отказ в получении визы регистрируется в посольстве. В паспорте заявителя могут проставить штамп с датой обращения за визой, однако это не является правилом для всех посольств. Например, в одном посольстве ставят отметку в паспорт в случае обращения, а в другом - только при отказе. Наличие отметки в паспорте вовсе не говорит о том, что заявитель лишается права на получение визы в другом посольстве или при следующем обращении в это же.

Если вы получили отказ в визе, проанализируйте причину данного решения. В подавляющем большинстве случаев такое решение обусловлено неточным соблюдением требований посольства. Специалисты рекомендуют повторно обращаться в посольство, когда у вас появятся новые сведения, свидетельствующие об изменении вашей ситуации.

Кроме того, они дают ещё ряд советов, которые помогут вам повысить свои шансы на получение единой европейской визы.

Советы специалистов

Если вы желаете получить шенгенскую визу, не лишним будет попытаться показать сотрудникам посольства, как вы «привязаны» к Беларуси. В качестве доказательства сойдут документы на недвижимость, выписка из банка о состоянии вашего счёта, уставные документы на фирму, если вы являетесь её совладельцем либо собственником. Правда, не во всяком посольстве эти бумаги могут быть приняты во внимание.

Чаще всего отказ получают незамужние девушки и холостые молодые люди. Однако если у разведённой женщины в Беларуси остаётся ребёнок, вероятнее всего, она получит визу.

Студенты, которые занимаются на дневном отделении, должны представить справку из вуза, подтверждающую факт их обучения в данном заведении, а также спонсорское письмо от одного из родителей (к письму прикладывается справка о доходах родителя с места его работы).

Если предъявили паспорт, число различных виз в котором показывает, что вы являетесь заядлым туристом, вероятность получения шенгенской визы существенно возрастает. Если вы собираетесь менять паспорт, постарайтесь сделать ксерокопии его страниц с отметками виз: это понадобится, чтобы при подаче документов вписать эти данные в специальную анкету.

Увеличивают шансы и грамотно составленная справка с места работы (лучше, если это госпредприятие) - на фирменном бланке с указанием всех реквизитов компании, а также, для некоторых посольств, хорошая трудовая книжка.

Подготовила Вера Ветрова, «ГЛ»

Готовить надо с любовью

Продолжаем публикацию кулинарных рецептов, присланных на конкурс нашими читателями.

Ирина Цуба из Лунинца очень любит готовить разные вкусности для своего мужа и доченьки. Она предлагает читателям «Газеты па-лунінецкі» несколько любимых рецептов.

Котлеты «По щучьему велению»

1 крупная щука, 150 г свежего сала, 1 яйцо, 2 луковицы, ломтик батона, растительное масло для жарки, соль, перец.

Рыбу очистить от внутренностей, мясо отделить от костей и кожи, пропустить через мясорубку вместе с салом и луком. В фарш вбить яйцо, добавить замоченный в молоке батон, посолить, поперчить, хорошо вымесить. Сформовать котлеты, обжарить. Затем сложить в кастрюлю, влить немного кипячёной воды и потушить 20 минут. Подавать с отварным картофелем. Сверху украсить зеленью.

Паштет «Печёночный»

1 кг сала, 0,5 кг печени, по 300 г моркови и лука.

Сало и печень перекрутить на мясорубке сырыми, лук и морковь пережарить на растительном масле. Всё перемешать и тушить 1 час на медленном огне. Разложить в стерильные банки и закатать.

Колбаски «По–домашнему»

1 полендвица, 1 отварное яйцо, по 3 шт. моркови и лука, 1 плавленый сырок, майонез.

Полендвицу порезать тонкими ломтиками и хорошо отбить. Морковь и лук обжарить, добавить мелко рубленое яйцо, нарезанный кусочками сырок. Перемешать с майонезом. Намазать ломтик мяса и завернуть колбаской. Обмакнуть в муку, обжарить на сковороде в кипящем жиру.

Готовое блюдо посыпать рубленым чесноком.

Ягодные пирожные

100 г масла сливочного, 2 ст.л. сахара, 1 ст. пшеничной муки, 4 ст.л. молока, соль. Для крема: 2 ст.л. пшеничной муки, 2 яйца, 200 г молока, сахар (по вкусу). Для желе: 250 г сока из ягод (оставить немного ягод для украшения), 1 ст.л. желатина.

Стакан муки просеять, заранее охлаждённое масло положить в муку, порубить ножом. Влить в смесь молоко, всыпать соль, сахар и замесить тесто. Дать постоять с полчаса, затем раскатать из него лепёшку. Выложить на противень в виде пирога, бордюрчик должен быть высотой около трёх сантиметров. Выпечь в предварительно разогретой духовке.

Сварить **крем**. Для этого в молоко вбить яйца, добавить сахар и муку. Перемешать, довести до кипения, варить в течение 3-х минут. Добавить заранее замоченный в воде желатин в ягодный сок. Подогреть на медленном огне, постоянно помешивая.

На испечённый пирог выложить молочный охлаждённый крем, а затем сверху залить желе. После того как желе застынет, разрезать на пирожные (не забывайте нож каждый раз опускать в горячую воду). Можно украсить пирожные свежими ягодами, листочками мяты.

Вафли с корицей

Вафли легко приготовить в вафельнице. Важно тщательно размешать тесто, чтобы не было комочков. По 125 г масла сливочного и сахара, 350 г муки, 2 яйца, 1 г гвоздики молотой, корица, цедра 1 лимона.

Яйца взбить венчиком или вилкой до пены. Цедру лимона потереть на тёрке. Масло порезать ножом мелко и также взбить, постепенно добавляя сахарный песок. Сюда же добавить муку, продолжая перемешивать. В хорошо размешанное тесто влить взбитое яйцо, добавить гвоздику, корицу, тёртую цедру лимона и перемешать ещё раз. Выпечь в предварительно прогретой вафельнице до золотистой корочки. Можно свернуть из ещё горячих вафель конусы и наполнить их ягодами, измельчёнными сухофруктами, густым кремом или вареной сгущёнкой с орехами.

У Елизаветы Шульц из Микашевич семья небольшая - муж и взрослая дочь-студентка. Женщина признаётся, что порой готовить-то и некому. Зато, когда вся семья в сборе, в доме пир горой...

Блюдо «по–итальянски»

0,5 кг крупных отварных макарон, 1 баклажан, луковица, 2 помидора и сладкого перца, оливковое масло.

Баклажаны порезать кубиками, посолить и дать постоять 5 минут. Лук нашинковать и обжарить на оливковом масле вместе с баклажанами. Сюда же добавить мелко нарезанные помидоры и перец. Всё перемешать с макаронами, потушить в духовке 2 мин. Готовое блюдо украсить зеленью.

Фаршированный перец

Перец, 0,5 ст. отварного риса, 1 лук, морковь, яйцо, 1 ст.л. растительного масла, 0,5 кг фарша.

Перец очистить от сердцевин, вымыть. Лук и морковь спассеровать на постном масле, добавить в фарш. Сюда же добавить 1 яйцо, 1 ст.л. растительного масла, рис, соль по вкусу. Всё перемешать. Готовым фаршем заполнить перцы. Уложить в кастрюлю, тушить на медленном огне 1 час. Подавать со сметаной.

Домашний «шашлык»

4 отварных сардельки, 1 банка консервированных шампиньонов, 4 сладких перца, 3 помидора, 300 г ветчины.

Поочерёдно нанизывать на шпажки: кружочек сардельки, шампиньон, кусочек сладкого перца и ветчины, дольку помидора. Можно обжарить на сковороде. Подавать горячим.

Рыба запечённая

1 большой карп, 2 дольки лимона, соль, перец.

Карпа натереть солью и перцем, дать постоять 15 минут. Затем положить в рукав для запекания. Под низ рыбы и наверх положить по дольке лимона.

Шарлотка с яблоками

3-4 яблока, по 1 ст. муки и сахара, 3 яйца, 1/2 ч.л. корицы, 2 ст.л. орехов грецких рубленых, 1 ч.л. масла сливочного, 1 ст.л. сухарей панировочных.

Яблоки вымыть, удалить сердцевины, разрезать на дольки, как апельсин. Форму или сковороду смазать сливочным маслом, посыпать панировочными сухарями, чтобы шарлотка легко отставала. Порезанные яблоки уложить в один слой на дно формы. Посыпать молотой корицей и орехами. Можно добавить немного сахара. Взбить яйца до образования белой пены, добавить сахар (от этого этапа приготовления шарлотки полностью зависит, как хорошо поднимется биксвит). Добавить муку и размешать, чтобы не было комков.

Вылить приготовленное тесто на слой яблок, распределяя его равномерно.

Испечь в духовке. При желании можно посыпать шарлотку сахарной пудрой.

Молодая хозяйка Татьяна Евкович живёт в Микашевичах. С любовью готовит для своего супруга.

Сырное печенье

300 г муки, 200 г сыра и масла сливочного, соль, красный молотый перец.

Масло растопить, взбить венчиком или вилкой, посолить, поперчить, добавить натёртый сыр и муку. Всё тщательно перемешать, приготовленное тесто раскатать на несколько валиков диаметром 1 сантиметр. Разрезать валики на куски 6-8 сантиметров. Противень смазать сливочным маслом. Из нарезанных кусков сделать подковки и выложить на противень. Выпекать в духовке при умеренной температуре 10-15 минут до светло-коричневого цвета.

При этом надо помнить, что печенье не следует дольше выпекать, так как оно приобретает неприятный горьковатый привкус. Такое печенье - хорошая закуска к пиву.

Ореховый рулет

4 яйца, 9 ст.л. сахара и муки, 1 пакетик разрыхлителя, 2 - ванилина, 1 ч.л. сахарной пудры, 40 г грецких очищенных орехов, 1 ст. джема, густого варенья или повидла.

Яйца взбить с сахаром. Добавить муку, разрыхлитель, ванилин и хорошо вымесить. Противень или форму для кекса покрыть фольгой или промасленной бумагой. Смешать джем, повидло или густое варенье с орехами. Тесто разделить на две одинаковых части. Одну положить ровным пластом на противень. Выпекать в умеренно горячей духовке 2 минуты, затем нагрев уменьшить и выпекать ещё 4 минуты, пока тесто не станет розовым.

Вынуть противень из духовки, накрыть лепёшку салфеткой, смоченной в воде, и опрокинуть на неё. Удалить ножом фольгу или бумагу. Намазать лепешку джемом с орехами. Свернуть её в виде рулета, сверху посыпать сахарной пудрой. Таким же образом приготовить рулет из второй половины теста.

Яблоки в тесте

250 г масла сливочного или маргарина, 300 г сметаны, 3 ст. муки, 8-10 шт. яблок, сахар, корица, 0,5 ч.л соды, гашёной в уксусе.

Яблоки вымыть, разрезать на половинки, удалить серединки. Масло или маргарин порубить ножом в миске, постепенно добавляя муку. Добавить сметану, соду с уксусом и замесить тесто. Противень смазать сливочным маслом или положить бумагу для выпечки. Тесто разделить на 16 (20) частей – в зависимости от величины яблок. Можно раскатать пласт и порезать на квадраты, можно каждый кусочек теста раскатывать в блинчик, величиной с блюдце. Сюда положить половинку яблока, серединой вверх. В углубление яблока положить половину чайной ложки сахара и немного корицы. Слепить попарно противоположные стороны, сформировав конвертик. Каждый подготовленный конвертик укладывать на противень. Выпекать яблоки в тесте при температуре 220 градусов около 30 минут, до лёгкого зарумянивания.

Уважаемые хозяйки! Наш конкурс на лучший рецепт завершился. Итоги подведём в новогоднем номере.

Подготовила Галина Самуйлик, «ГЛ»

Методы украшения

Краткий перечень терминов в декорировании сладостей.

Мастика - сладкая масса, которая применяется для украшения тортов. Она пластична, поэтому из неё, как из пластилина, легко сделать различные украшения. Бывает двух видов: сахарная и молочная. Рецептов приготовления мастики существует огромное количество.

Маршмеллоу - мягкое воздушное кондитерское изделие. Напоминает пастилу или зефир, но обычно чуть-чуть более «резиновое», тягучее. Его часто добавляют как ингредиент для приготовления мастики. Также маршмеллоу можно добавлять в мороженое, украшать ими торты и пирожные, даже добавлять в чашку кофе или какао. В США - традиционное детское лакомство на пикниках: кусок маршмеллоу накалывается на прутик и слегка запекается на огне.



Айсинг - белково-сахарный крем, из которого делаются ажурные объёмные декоративные детали для украшения тортов. Рецепты приготовления различны. Сами изделия получаются очень хрупкими, поэтому работать с ними нужно очень аккуратно. Да и сами заготовки могут сохнуть до двух дней.

Преимуществ у айсинга перед другими видами вкусной декорации кондитерских изделий много, но главное - это непередаваемая красота работы. Тонкое ажурное изделие может украсить собой любой, даже самый простой, торт.

Пралине - это десертный ингредиент из молотого миндаля, обжаренного в сахаре. Его используют для приготовления различных начинок, кремов, а также для украшения пирожных и тортов.

Подготовила Вера Ветрова, «ГЛ»

Уважаемые читатели! Присылайте свои рецепты. Самые «вкусные» будут опубликованы.

Самое ценное

Притчи

Один человек в детстве был очень дружен со стариком–соседом. Но время шло, появился колледж и увлечения, затем работа и личная жизнь. Каждую минуту молодой мужчина был занят, и у него не было времени ни вспомнить о прошлом, ни даже побыть с близкими.

Однажды он узнал, что сосед умер, и вспоминания накрыли его: старик многому учил его, стараясь заменить мальчику погибшего отца. Ощутив свою вину, он приехал на похороны.

Вечером, после погребения, мужчина зашёл в опустевший дом покойного. Всё было так, как и много лет назад. Вот только маленькая золотая коробочка, в которой, по словам старика, хранилась самая ценная для него вещь, исчезла со стола. Подумав, что её забрал кто-то из немногочисленных родственников, мужчина покинул дом. Однако через две недели он получил посылку. Увидев на ней имя соседа, мужчина вздрогнул и открыл коробку.

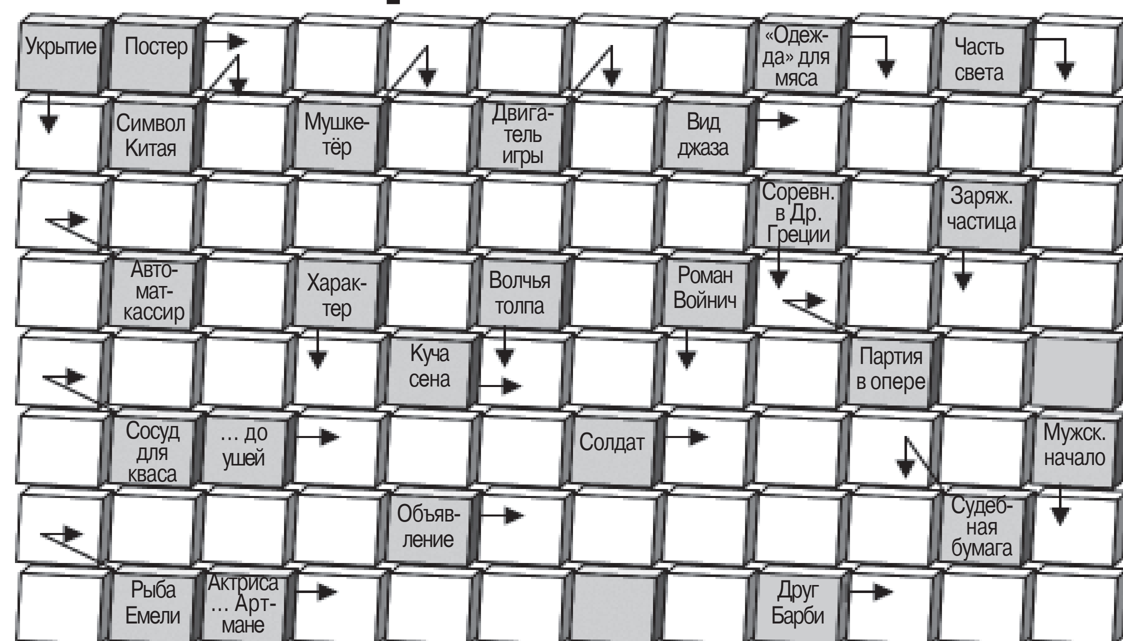
Внутри лежала та самая коробочка. В ней оказались карманные золотые часы с гравировкой: «Спасибо за время, что проводил со мной».

И он понял - самым ценным для старика было время, проведённое со своим маленьким другом.

Жизнь измеряется не количеством вдохов. Она измеряется количеством моментов, которые заставляют нас задержать дыхание.

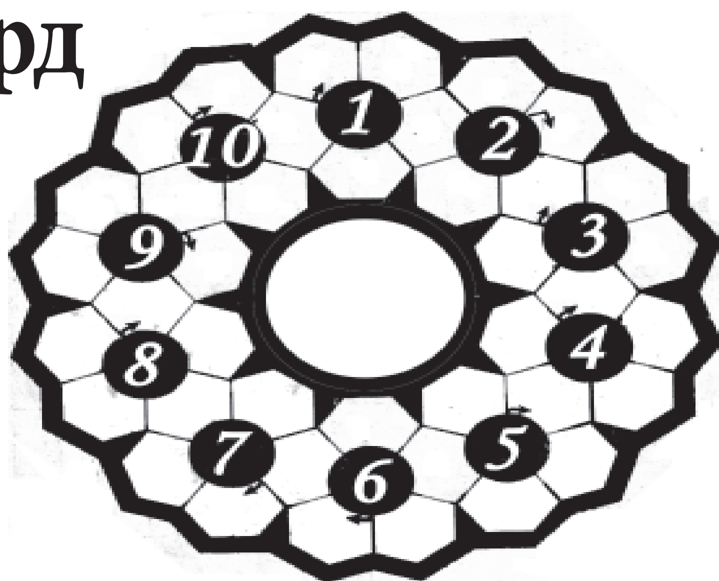
Сканворд

Составила Вера Ветрова, «ГЛ»



Цикловорд

1. Дорожная пробка.
2. Широкое меховое женское пальто.
3. Кефир кавказских пастухов.
4. Болезнь, при которой задыхаются.
5. Колдовство, волшебство.
6. Биржевый товар.
7. Роскошь, особое изящество, необычность.
8. Тонкий и гибкий прут или упругая плётка.
9. Добыча диких зверей и птиц.
10. Национальная птица Соединённых Штатов.



Эрудит-клуб

Итак, очередной тур нашей викторины. А в №8 были «зашифрованы» разведчик Рихард Зорге и драматург Пьер Бомарше.

Задание 1. В 1829 году шедший через пустыню караван наткнулся на оазис с артезианской водой. Один из путешественников назвал эту местность «Пойменные луга» (по-испански). Отсюда и произошло название выросшего здесь впоследствии города. Что это за город?

Задание 2. Это государство расположено на двух больших и 700 мелких островах. Для местной фауны характерно полное отсутствие змей. Что это за страна?

Ответы из №9 -

на сканворд:

	Б	Р	И	Т	В	А		
	А		Д			Г	О	Л
	Н	Р	А	В		О	К	А
Я	Д		Л		Е	Н	О	Т
	А	Л	Ь	Т		И		
У	Ж		Г		М	Я	Т	А
		Д	О		А		И	Л
У	Х	О		Д	О	Б	Р	О
Д		К	А	А		А		Э
И				К	О	З	А	
Л	А	С	С	О		У		Г
А		А		Т	А	К	С	И
	Ю	Н	Г	А		А	И	Д

на чайнворд:

1. Ажиотаж. 2. Жабо. 3. Опята. 4. Атос. 5. Сенбернар. 6. Раритет. 7. Телескоп. 8. Погреб. 9. Брошюра. 10. «Алиготе». 11. Ельск. 12. Ком. 13. Меч. 14. Черви. 15. Индюк. 16. Кебаб. 17. Бит. 18. Турка. Ключевые слова - альбатрос, бомбардир.

на кроссворд:

По горизонтали: 3. Пуск. 5. Бриллиант. 10. Маяк. 15. Блюдце. 18. Реванш. 19. Налог. 20. Ртуть. 21. Укол. 22. Усадьба. 26. Течь. 27. Смокинг. 28. Акробат. 29. Знак. 31. Известь. 32. Пика. 34. Великан. 36. Комбайнер. 37. Полкило. 41. Глюк. 43. Много. 44. Кочка. 45. Нива. 47. Стремя. 48. Игумен. 51. Боты. 52. Оброк. 53. Мечта. 54. Вена. 56. Сосиска. 58. Диспансер. 62. Равнина. 66. Ноты. 69. Конопля. 71. Цена. 73. Легавая. 74. Ветеран. 75. Нимб. 77. Соблазн. 81. Песо. 82. Шашки. 83. Огонь. 84. Жилище. 85. Уголок. 86. Тело. 87. Половодье. 88. Пирс.

По вертикали: 1. Флакон. 2. Идол. 3. Пельмени. 4. Синька. 6. Рагу. 7. Лира. 8. Июль. 9. Нора. 11. Альбом. 12. Крещатик. 13. Свет. 14. Значок. 16. Клинок. 17. Мушкет. 23. Сезам. 24. Диета. 25. Батон. 29. Залог. 30. Клетка. 32. Полынь. 33. Астра. 35. Контрабас. 38. Локомотив. 39. Коляска. 40. Аксиома. 42. Лассо. 46. Вагон. 49. Выборы. 50. Свинец. 51. Бидон. 55. Агата. 57. Интернет. 59. Слово. 60. Атолл. 61. Сглаз. 63. Нотариус. 64. Правша. 65. Слепок. 67. Обилие. 68. Маршал. 70. Деньги. 72. Настой. 76. Бриз. 77. Сито. 78. Бюро. 79. Арго. 80. Ноль. 81. Плот.

КРОССВОРД

Подготовил Виталий Дымов, «ГЛ»

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3. Тулуп на селёдке. 5. Предназначение цирковой лонжи. 10. Место рождения истины. 15. Антипод корешков. 18. Сленг. 19. Площадка для молотьбы хлеба. 20. И коронный, и смертельный. 21. Газетный селезень. 22. Леса для постройки судна. 26. Прядь с паршивой овцы. 27. Запечный житель. 28. Цирковой акробат. 29. Поцелуй вампира. 31. Рублёвый сторож. 32. Электрическая рыба. 34. Древко на ружьё. 36. Подданный государства. 37. Мясной цыплёнок. 41. Штраф за просрочку платежей. 43. Казахский кефир. 44. Заключение под стражу. 45. Скрипичная отмычка. 47. Золотых дел мастер. 48. Слово-ключ. 51. Трава для зубной пасты. 52. Меха для самовара. 53. Лыжная трасса. 54. Настольная бочоночная игра. 56. Вождь восставших гладиаторов. 58. Химическая стирка. 62. Зажим для волос. 66. Буйвол на Полесье. 69. Миокардов недуг. 71. Застойная растительность. 73. Еврейское блюдо из селёдки. 74. Место для любопытных ушек. 75. Американская автомобильная марка. 77. Солидное состояние. 81. Мера длины. 82. Олимпийская свеча. 83. Гольфы футболиста. 84. Объект бараньего смотра. 85. Наконечник шпаги. 86. Страх, ужас. 87. Человек-волк. 88. Музыкальный инструмент не для козы.



ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Глаз яичницы. 2. Уха. 3. Дикая роза. 4. Чёрная покровительница Маугли. 6. Металлический канат. 7. Шведская музыкальная четвёрка. 8. Обращение к священнику. 9. Гимнастическая лошадь. 11. Пуховый матрац. 12. Поручик из анекдотов. 13. Кромешная тьма. 14. Собачья масть. 16. Товар из-за границы. 17. Нашатырь. 23. Звериная дорожка. 24. «Восточный экспресс». 25. Страстная часть причёски. 29. Салатная пряность. 30. Полевая бескультурщина. 32. Скорость для ловли блох. 33. Машина для буксировки. 35. Между сержантом и капитаном. 38. Очистной резервуар. 39. Дворцовые козни. 40. Напильник-гигант. 42. Повелитель щуки. 46. Правовед. 49. Шпажка для шашлыка. 50. Агитационная стенгазета. 51. Дедушка Снегурочки. 55. Овечья команда. 57. Оперативное журналистское сообщение. 59. Пища богов. 60. Дальневосточная сельдь. 61. Тариф таксиста. 63. Мужской парфюм. 64. Орбит без сахара. 65. Чешки балерины. 67. Договор, который дороже денег. 68. Сцена палача. 70. Композиторская стихия. 72. Крыса на шубу. 76. И птичий, и скотный, и монетный. 77. Место молодёжных тусовок. 78. Ришар, Карден, Безухов. 79. Фитиль. 80. Неисправимый враль. 81. Взвесь в воде.

Читатели, приславшие правильные ответы, будут отмечены.

- Забыла на работе?!

Час пик. Маршрутка забита под ноль.

У девушки в сумочке начал громко звонить телефон. Она начинает его усердно искать, переворачивать всё содержимое, но найти никак не удаётся. А он всё трезвонит и трезвонит.

Пассажиры нетерпеливо поглядывают на девчонку - когда же она его обнаружит в своей всеобъемлющей сумочке. И тут девушка выдает фразу:

- А может я его на работе забыла?!

- Что я, голубой?

В женское отделение бани заходит голый мужик. Бабы визжат:

- Мужик, ты что? Тебе в мужское отделение надо!

Мужик, удивлённо:

- Что я, голубой, что ли?

SMS–шуточки

✓Попросил Иван Царевич у Василисы Прекрасной денег на пиво - не дала. Как была жабой, так жабой и осталась.

✓Блохи медленно ползали по телу Левши, с трудом волоча за собой подковы.

✓«А не пойти ли мне на работу?» - подумал я и не пошёл.

✓Я сегодня до зари встану, потому что съел арбуз на ночь…

✓- Я не знаю, что вы там принимаете от головы, но это вам не помогает.

✓Продам квартиру, подготовленную к евроремонту.

✓Кто способен разбудить спящего, тот способен на любую подлость.

✓Секция пулевой стрельбы принимает заказы от населения.

✓Будь проще, и люди на тебе оттянутся.

✓И что же это за пьянка, если на следующий день не стыдно?

✓Спи быстрей - подушка нужна!

✓Дул такой сильный ветер, что сигареты выворачивало вместе с зубами…

✓Какая крыша не любит быстрой езды?

✓На ошибках учатся, после ошибок - лечатся.

✓Чем больше выпьет комсомолец, тем меньше выпьет хулиган!

✓В жизни каждого мужчины наступает период, когда чистые носки проще купить.

✓Как много девушек хороших, но тянет что-то на плохих…

✓Не бросайте бычки в унитазы, их трудно после этого раскуривать!

✓Она его любила, а он ушёл с другим.

✓Ничто так не украшает женщину, как временное отсутствие мужа.

✓Чем раньше встал, тем дольше до обеда.

✓К мужчинам приходят музы, а к женщинам - музыки.

✓Не омрачай мой светлый праздник: мне на работу не звони!

✓Перед жаждой опохмелки все проблемы станут мелки.

✓Сам себя не похвалишь - весь день ходишь, как оплёванный!

✓Чем бы тёща ни тешилась, лишь бы в гости не приезжала.

✓Седина в бороду - челюсть в стакан.

✓Водка «Буратино» - почувствуйте себя дровами.

✓Тебя сейчас послать или по факсу?

Подготовила Галина Самуйлик, «ГЛ»

10 настоящих вещей за ваши деньги

Настоящий дачный дом должен строиться десять лет, зимой подвергнуться ограблению, весной сгореть.

Настоящее дерево должно расти медленно, не давать персиков, оказаться дубом.

Настоящий сын должен получить двойку, начать курить, бросить институт, не желать работать, хамить отцу, загреметь в КПЗ по хулиганке, просить привезти две штуки баксов.

Настоящий котёнок должен разодрать обои и налить в тапки. Настоящий щенок должен эти тапки сгрызть. И тот и другой в конечном итоге должны попытаться перегрызть электропровод.

Настоящий автолюбитель должен поставить на капот синие лампочки, погнать за город на дешёвую заправку, попытаться обойти фуру по встречной.

Настоящий компьютер должен повиснуть, повиснуть, повиснуть, затем убить годовую работу.

Настоящий бизнесмен должен бандитам, ментам, налоговой, всем своим работникам, пожарным, санэпидстанции, водоканалу, госгазу, рыбнадзору и носить галстук.

Настоящий ключ от квартиры должен потеряться, выждать, пока сменят замок, найтись при уборке.

Настоящий злодей должен подготовить гибель Вселенной, похвастаться об этом главному герою, погибнуть мучительной смертью.

Настоящее ружьё должно первый акт висеть на стене, второй акт висеть на стене, в третьем не выстрелить по вине звукооператора.



Короткой строкой, или Твиттер.Вру

✓В Москву начали возвращаться африканские студенты, сбежавшие в Африку от московской жары.

✓Папа вчера принёс с работы распечатку статьи «Как правильно кормить собак в жару», а сегодня наш щенок её съел...

✓Дана Борисова запуталась в кроссворде и упала на пол.

✓Гоша Куценко не снялся в очередном фильме и получил 20 миллионов долларов.

✓Британские учёные разработали деньги, устойчивые к свисту.

✓Борис Гребенщиков, прополоскав горло, случайно дал концерт!

✓Наша деревня к засухе привыкшая, в нашей деревне каждое утро сушняк.

✓Работа делает человека свободным, о пьянстве и говорить нечего.

✓Неприятности старика начались с того момента, как он рассказал старухе, что поймал золотую рыбку. Мораль: поймал чего - молчи!

✓Если вас послали в России, можете не сомневаться - адрес точный.

✓Россия победила Грузию. Грузия победила коррупцию. Может ли Россия победить коррупцию?

www.лента.вру

Дезинформационное агенство

Очевидная взаимосвязь

Вскоре вслед за сообщениями о неурожае гречихи и резким подорожанием гречневой крупы последуют публикации учёных о вреде данного продукта.

Раз, два, три, четыре, пять

Один болтун - это находка для разведчика. Двое умных - это беседа. Трое мудрых - это молчание. Четверо похмельных мужиков - это перебор. Пятеро женщин - это митинг.

Опасная находка

В том, что найденные на кургане кости принадлежат собаке крупной породы, убедился недавно известный археолог Копаев. Сейчас покусанному Копаеву делают уколы от бешенства, и он очень сожалеет о том, что трогал чужую еду.

Хозяйке на заметку

Пятна на одежде от пролитого портвейна легко удаляются ваткой, смоченной водкой. Оставшуюся в бутылке водку можно не выливать, а отдать мужу, который будет премного благодарен.

Канада

Пойманный здесь российский шпион попросил отпустить его на волю и пообещал канадской контрразведке выполнить любые три желания.

Сам не умеешь - научи другого!

Интеллигентный мальчик с папой возвращаются из музыкальной школы.

- Какие красивые коттеджи, как бы я хотел здесь жить... - мечтательно говорит он, указывая на роскошные строения.

- Будешь хорошо учиться, станешь знаменитым музыкантом, будет и у тебя такой дом, - наставительно говорит отец.

- Я вижу, вы с мамой не особенно были прилежны в учёбе... - после продолжительной паузы заключил малыш.

☺ ☺ ☺

Идёт лекция.

- Во многих языках двойное отрицание означает утверждение, - бубнит лектор, - но ни в одном двойное утверждение не означает отрицания...

Ехидный голос с задней парты:

- Да-а-а, конечно...

☺ ☺ ☺

Встречаются две одноклассницы, 20 лет не виделись.

- Как жизнь, как дела?

- Да вот, ноготь сломала...

☺ ☺ ☺

- Это капец! Кошак за каким-то лешим полез в кладовку, свалил с верхней полки банку с томатным соком, порезал стеклом лапу и, весь как чёрт, в крови и в соке припёрся на кровать рану зализывать...

- Ужас... И что ты со всем этим собираешься делать?

- Пока вот сижу размышляю о правописании.

- В смысле?

- В смысле - слово «кОтострофа» надо писать через «о»...

☺ ☺ ☺

Вовочка кричит:

- Настька! Твоя мама косточкой от банана подавилась!

- Откуда это в банане косточки?!

- Я засунул!

☺ ☺ ☺

- Подскажите, как отмыть варёную сгущёнку с потолка.

- Взорвите банку с моющим средством!

☺ ☺ ☺

- Никогда не пытайся понять то, чего не можешь понять.

- Не понял...

- И не пытайся!

☺ ☺ ☺

Парень заявляет девушке:

- Женская логика - это отрицание мужской.

Девушка:

- Нет!

☺ ☺ ☺

- Нынешнее поколение ничем не отличается от предыдущего, - утверждал один французский психолог. - Они тоже вырастают. Тоже идут в лицей. Тоже выкуривают свою первую сигарету. Тоже женятся. Тоже рожают детей. Только в обратной последовательности.

☺ ☺ ☺

Один студент говорит другому:

- Пойдём прогуляем лекцию.

- Да нет, не могу, выспаться надо.

☺ ☺ ☺

ГАЗЕТА па-лунінецкі Издание для досуга

▪Учредитель, редакция и издатель: частное предприятие «Информ-прогулка».
▪Главный редактор, директор: Андрей Михайлович Вышинский.
▪Ответственный за выпуск: Вадим Витальевич Жилко.
▪Наш адрес: ул.Фрунзе, 12, ком. 1,2,4,5, 225644, г.Лунинец Брестской области.
▪Телефоны: главный редактор: 3-15-08; корреспонденты, бухгалтерия: 3-16-00, 3-45-09; рекламный отдел: 3-45-09, 3-15-08, 8-029-3271852, 8-029-8044415, тел./факс (01647) 3-45-09.

«Газета па-лунінецкі» (Св. о госрегистрации средства массовой информации №630 от 28.08.2009г. Министерства информации РБ, св. о регистрации частного предприятия «Информ-прогулка» №0030802 от 15.10.2007г., лицензия на розничную торговлю №12470/0354378 от 14.11.2007г. по 13.11.2012г.; р/с 3012204710011 в отделении ОАО «Белагропромбанк» в г.Лунинец, ул. Советская, 7, код 150501415. УНП 290852872.

Адрес для писем и сообщений: ул.Фрунзе, 12, 225644, г.Лунинец Брестской области. E-mai: progulka@brest.by, сайт: www.progulka.brest.by

Тираж 1000. Заказ 5832. Подписано в печать 24.11.2010г. в 14.00.

Объём издания - 3 печатных листа.

Газета зарегистрирована в Министерстве информации Республики Беларусь. Выходит 1 раз в месяц. Отпечатана в КУП «Пинская региональная типография» главного управления идеологической работы Брестского облисполкома, ул.Ленина, 42, 225710, г.Пинск, Брестская обл. Газета отпечатана с оригинал-макетов редакции.